

༄༅།།བོད་ཀྱི་ནང་བསྟན་དཔེ་ཚོགས་ལྟེ་གནས་།།

*Tibetan Buddhist Resource Center*

**Text Scan Input Form - Title Page**

<b>Work:</b>	W8LS77037	<b>ImageGroup:</b>	I8LS77039
<b>LCCN:</b>	n/a	<b>ISBN:</b>	n/a

<b>Title:</b>	རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་ཡབ་སྲས་ཀྱིས་མཛད་པའི་ལྷ་བའི་གསུང་རྩོམ་ཕྱོགས་བསྟུས། rje tsong kha pa yab sras kyis mdzad pa'i lta ba'i gsung rtsom phyogs bsdus/
<b>Author:</b>	བློ་བཟང་གྲགས་པ། blo bzang grags pa/
<b>Descriptor:</b>	Digital images of the text are made available through the kind support of Great Enlightenment Buddhist Institute Society (GEBIS) in Canada
<b>Original Publication:</b>	ser smad dpe mdzod/;67
<b>Place:</b>	Bylakuppe, Karnataka State
<b>Publisher:</b>	Sera Mey Library
<b>Date:</b>	2008
<b>Volume:</b>	1
<b>Total Volumes:</b>	1
<b>TBRC Pages:</b>	2
<b>Introductory Pages:</b>	n/a
<b>Text Pages:</b>	n/a
<b>Scanning Information:</b>	Scanned at Tibetan Buddhist Resource Center, 1430 Massachusetts Ave, 5th Floor Cambridge, MA 02138.





དེབ་མང་།  
(2)

༄༅། ། རྩི་ཚོང་ཁ་བ་ཡབ་སྐུས་ཀྱིས་མཛད་པའི་  
སྣ་བའི་གསུང་ཚོམ་ཕྱོགས་བསྐུས་  
བཞུགས་སོ།།



SERA MEY LIBRARY  
2008

ཀུན་གྱི་བདེ་སྐྱོད་ལཱ་ལྔ་པ་ལྟེན་པའི་སྣ་བའི་གསུང་ཚོམ་ཕྱོགས་བསྐུས་བཞུགས་སོ།།

མེ་མུང་པའི་མཛོད་མང་

2008







༡༡། །རྩེ་ཙོང་ཁ་བ་ཡབ་སྐུ་གྱིས་མཛད་པའི་  
ལྷ་བའི་གསུང་རྩམ་ཕྱོགས་བསྐྱུས་  
བཞུགས་སོ།།



སེར་སྐད་དཔེ་མཛོད།

དེབ་ཨང་ ༦༧

{Sera Mey Library Book Serial No. 67}

2008

དམིགས་བསལ་རེ་སྒྲུབ།  
ཕུག་དབེ་འདི་སེར་སྤྲད་དབེ་མཛོད་ཁང་ནས་ཆོག་མཆན་  
མེད་པར་སྤྲུག་ཀྱང་དཔར་བསྐྱུན་གནང་མི་ཆོག།

དཔར་ཐངས་གསུམ་པ་དེབ་གངས་ ༡༠༠༠ དཔར་དུ་བསྐྱུན། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༠༥

First Edition: 1650 Copies. 2007

Second Edition: 400 Copies 2007

Third Edition: 2000 Copies 2008

© Copyright by:

Sera Mey Library, Sera Monastic University

ཀམ་བྱ་ཏར་དཔར་རྩ་སྒྲིག་པ་ལོ།  
སེར་སྤྲད་དབེ་མཛོད་ཁང་གི་ཀམ་བྱ་ཏར་སྡེ་ཆན།  
Computer typesetting & layout by:  
Sera Mey Library Computer Project

སེར་སྤྲད་དབེ་མཛོད་ཁང་ནས་དཔར་བསྐྱུན་ཞུས།

Published By:

Sera Mey Library

Sera Monastic University, P.O. Bylakuppe- 571 104,  
Distt Mysore, Karnataka State, South India.

# དཀར་ཆག

	སྒྲིན་འགྲོའི་གདམས། .....	v
	གལ་ཆེའི་དཔེ་སྒྲིན་གསལ་བཤད། .....	vii
༡	རིགས་པ་དྲུག་ཅུ་པའི་ཟིན་གྱིས་རྗེའི་གསུང་བཞིན་ ཀྱལ་ཚབ་ཆོས་རྗེས་བཞུགས་པ། རྗེའི་གསུང་། ཏོ་བོ་.....	01
༢	ཀྱལ་ཚབ་ཆོས་རྗེས་རྗེའི་དྲུང་དུ་གསན་པའི་ ཤེས་རབ་ལེའུའི་ཟིན་གྱིས། རྗེའི་གསུང་། ཏོ་ཕོ་.....	25
༣	དབུ་མ་རྒྱ་གྱི་ཟིན་གྱིས་རྗེ་རང་གིས་གནང་བ། རྗེའི་གསུང་། ཏོ་བོ་.....	119
༤	ཀྱལ་ཚབ་ཆོས་རྗེས་རྗེ་ལ་གསན་པའི་ དབུ་མ་རྒྱ་གྱི་བརྗེད་བྱང་། རྗེའི་གསུང་། ཏོ་མོ་.....	151
༥	དབུ་མ་ལྟ་བུའི་བྲིད་ཡིག་ རྗེའི་གསུང་། ཏོ་བོ་ .....	175
༦	རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་གནང་བའི་དབུ་མའི་ ལྟ་བྲུང་བསྐྱེད་པ། རྗེའི་གསུང་། ཏོ་ཆོ་ .....	221
༧	དབུ་མ་ཐལ་འགྲུར་བའི་ལུགས་ཀྱི་ ཐལ་ལམ་དབུ་མའི་ལྟ་བྲུང་། རྗེའི་གསུང་། ཏོ་ཆོ་ .....	233

- ༩ གཟུགས་ཀྱི་ཆུང་མཐའ་དང་དུས་ཀྱི་ཐུང་མཐའ་སོགས་ལས་  
བཅུམས་པའི་བྱི་ལན་མེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་བ། མེ་གསུང་། ཀློང་། ..... 247
- ༩ དབུ་མའི་རྩ་བའི་དཀར་གནད་བརྒྱད་ཀྱི་  
བཛུད་བྱང་། ལྷུ་ཚབ་མེ། ཀློང་། ..... 253
- ༡༠ དབུ་མ་ལ་འཇུག་པའི་བསྐྱུས་དོན། ལྷུ་ཚབ་མེ། ཀློང་། ..... 287
- ༡༡ བདེན་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དང་ལྷ་བའི་བྲིད་ཡིག་  
རིན་པོ་ཆའི་འཕྲུང་བ། ལྷུ་ཚབ་མེ། ཀློང་། ..... 403
- ༡༢ བེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་དུ་བྱིན་པའི་མན་ངག་གི་བསྐྱུས་བཅོས་  
མཛོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་གྱི་མཐར་ཐུག་པའི་ལྷ་བ་ཐལ་འགྱུར་  
དུ་འགྲེལ་ཚུལ་གནད་དོན་གསལ་བའི་སྒྲུབ་པ། ལྷུ་ཚབ་མེ། ཀློང་། ... 431
- ༡༣ ལྷ་བའི་ཞལ་བེས་ཡིག་ཆུང་། ལྷུ་ཚབ་མེ། ཀློང་། ..... 461
- ༡༤ ལྷ་བྲིད་ཐུན་སེལ་སྒྲོན་མོ། ལྷུ་ཚབ་མེ། ཀློང་། ..... 467
- དབར་བྱང་སྒྲོན་ཚིག་ ..... 521

## སྒྲོན་འགྲོའི་གཏམ།

༡༣། །ལུང་རྟོགས་ཐུབ་བསྟན་ཀེ་ལ་ཤེས་སྒྲོན་། །

སྒྲོན་སྟོགས་གཡུ་རལ་བཞིན་བའི་གདོང་ལྷ་བ། །

མི་འཇིགས་རྟེན་འབྱུང་གཏམ་གྱི་ང་རོ་ཡིས། །

ལོག་སྒྲུ་འཛུམས་མཛོད་བཤེས་གཉེན་དབང་པོ་རྒྱལ། །

ཞེས་མཆོད་པར་བཞེད་བའི་ཆོག་གིས་སྒྲོན་བསུས་ཏེ། གང་སྐྱོང་བར་བྱ་བ་ནི།  
ཇི་སྒྲིབ་དུ་ཡང་མགོན་པོ་ཞི་བ་ལྟས། འགྲོ་བའི་སྒྲུག་བསུལ་སྒྲོན་གཅིག་ལྟ། །བདེ་བ་  
ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་གནས། །བསྟན་བ་རྟེན་དང་བཀུར་སྟོན་དང་། །བཅས་ཏེ་ཡུན་རིང་  
གནས་གྱུར་ཅིག། ཅེས་གསུངས་བ་ལྟར། མཁའ་མཉམ་ཡིད་ཅན་ཀུན་ལ་ཐན་བདེ་ཟད་  
མི་ཤེས་བ་སྟེར་བའི་སྒྲོན་གྱི་སྒྲོན་བ་ཆེན་པོ་ནི། ཐུབ་པའི་ལུང་རྟོགས་ཀྱི་བསྟན་བ་རིན་པོ་  
ཆེ་ཉིད་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་འཛིན་སྐྱོང་སྟེལ་བའི་དམ་པའི་སྟེལ་ཆེན་གནས་གྱིས་ས་བཀའ་  
བ་ལྟ་བུ་བྱོན་དང་འབྱོན་གྱུར་དེ་ལྟར་ཡང་། སྟོགས་ལྟེན་རྒྱུད་ཆོགས་མཆོ་ལྟར་བརྟོལ་  
བའི་རྟེན་གྱིས་བསམ་ཡུལ་ལས་འགོང་བའི་བསྟན་དབང་སྒྲོའི་བསམ་སྒྲོར་ངན་བ་  
འགོག་མེད་ཐོག་ཏུ་བབས་ཏེ། རྒྱལ་བསྟན་སྒྲོན་བཅུད་དང་བཅས་བ་ཉམས་ཉེས་རྩ་  
བརྒྱག་ཏུ་ཉེ་བར་བཏང་ཡང་། འཕགས་མཆོག་བྱུག་ན་བརྟེན་སྒྲོན་གྱི་ཐུགས་བསྐྱེད་གོ་  
ཆ་བཅོན་པོ་དུས་སྟེན་པའི་དབང་ལས། སྒྲག་རུམ་གྱི་ཁོད་ན་སྒྲོན་མེད་དཔེ་ལྟར་རྒྱལ་  
བསྟན་རིན་པོ་ཆེ་མང་ནས་གསོ་བའི་བཞེད་དགོངས་སྒྲུ་མེད་ལོག། །འཕགས་ཡུལ་དུ་  
རིས་མེད་ཆོས་སྟེ་ཁག་དུ་མ་སྒྲར་མེད་གསར་འཛུགས་ཀྱིས་རིས་བཞིན་གཞི་རྒྱ་ཆེ་རྩ་

འགྲོ་བཞིན་པ་སོགས་མཛད་ཀྱིས་སྒྲན་མེད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་འོག་ བསྐྱེད་པ་ལ་སྤྱི་ཞུས་  
 སྤྱད་དུ་གནད་སའི་སློབ་གཉེར་བ་ཚོའི་ཐུགས་རེ་ཅུང་ཟད་བསྐྱོང་ཕྱིར། ད་ལམ་ཕྱི་  
 ལོ་ ༢༠༠༥ འདི་ནང་ཡེ་ཤེ་ཙོང་ཁ་བ་ཡབ་སྐུས་ཀྱིས་མཛད་པའི་ལྷ་བའི་གསུང་  
 ཙོམ་ཕྱོགས་བསྐུས་ཞེས་བྱ་བ་དེབ་གྲངས་ ༡༠༠༠ ཐམས་པ་འདི་ཉིད་སེར་སྤྱད་  
 དཔེ་མཛོད་ཁང་ནས་རྒྱ་སྐྱར་གྱི་དཔར་བསྐྱེད་ཞུས་པའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་འདིས་རྒྱལ་  
 བསྐྱེད་སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་ཁམས་གསུམ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོའི་དག་ཐེར་  
 ལེགས་པར་མཛད་པའི་བསྐྱེད་པ་གསེར་སྤྱད་ས་བཙུག་ལྷ་བའི་འདི་ཉིད་དར་ཞིང་  
 རྒྱས་ལ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་ཞིང་ཡགོང་ས་ཡུལ་ས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་  
 དབུས་དེ་འཛིན་གྱི་སྤྱོད་བུ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱོད་ཡུན་དུ་བརྟན་ཅིང་མཛད་འཕྲིན་རྒྱས་པ་  
 དང་། ཐུགས་ཀྱི་བཞེས་དོན་མཐའ་དག་ལྟར་དུ་འགྲུབ་པ་སོགས་ཀྱི་རྒྱར་གྱུར་  
 ཅིག་།

སེར་སྤྱད་དཔེ་མཛོད་ཁང་ནས་ ༢༠༠༥ ལྷ་ ༡ ཆོས་ལཱ་དགེ་བའི་ཉིན།

# ༡༡། ཁ་ལ་ཆེད་དཔེ་སྐྱོན་གསལ་ལའད།

༡༡། འདྲོད་ལྡན་གཟིགས་པ་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱོན་ལས་དུ།

ཆེད་ལྷ།

ད་ལས་དཔེ་བསྐྱོན་ཞུས་པའི་

«རྗེ་ཙོང་ཁ་བ་ཡབ་སྐུས་ཀྱིས་མཛད་པའི་ལྷ་བའི་གསུང་རྩོམ་ཤོགས་བསྐྱུས་»

འདི་བཞིན་སེར་སྐད་དཔེ་མཛོད་ཁང་ནས་དཔར་བསྐྱོན་ཞུས་པ་དང་། འདིའི་ཐད་ངེས་པར་དུ་མཁྱེན་དགོས་པའི་གནད་དོན་འགའ་ཞིག་གསལ་ལའད་ཞུ་གྱུར།

ད་ངེས་དཔེ་སྐྱོན་འདིའི་ཐད་ཞུ་དག་པ་རྣམས་ནས་ཀྱང་ཉིན་མཆོན་ལྟོས་མེད་ཀྱིས་ངལ་བ་ལྟར་སྤངས་ཏེ། བོད་གཞུང་ཤེས་རིག་དཔར་ཁང་ནས་འདོན་གནང་མཛད་པའི་གཙང་ཞོལ་གཉིས་ཀྱི་མ་དཔེ་དང་ཞིབ་བསྐྱར་གྱིས་གཙོ་བོ་གཙང་དཔར་ལ་གཞི་བཙུགས་ཏེ། དག་ཞུས་སྐྱི་ཐེངས་དུ་གཙང་ཐུས་ཤིང་། ཐུག་དཔེ་རྣམས་གསུང་འབུམ་གང་ལས་རྩུར་འདོན་ཞུས་པ་མཁྱེན་སྐད་དུ་དཀར་ཆག་ནང་། དཔེར་ན་དབུ་མ་ལྷ་བའི་བྲིད་ཡིག་རྗེའི་གསུང་། བོ། ཞེས་པ་ལྷ་བྱ་སོ་སོར་བཞོད་ཡོད་པ་དང་། མ་དཔེར་མི་གསལ་ལ་ཆོག་དོན་གཉིས་ཀ་མཛོན་གསལ་དོད་པོས་ཆད་ཡོད་པ་ཤེས་སྟབས་གཅིག་ཙམ་ཐད་ཀར་གསལ་ལའད་ཡིག་ཆུང་བཞོད་ཡོད། ཆོག་དོན་གང་གི་ཆ་ནས་དྲོགས་གཞི་ཆེ་རིགས་ཁག་རང་དགར་གྱུ་ཆོས་དུ་མི་འཛོགས་དགོས་པའི་ལམ་ཤེས་གཉིན་རྣམས་པར་ཐད་ཀར་བཀའ་འདྲི་གང་སྟབས་ཞུ་བ་དང་། ཆོད་ལྡན་གྱི་ཆོག་མཛོད་ཁག་ལ་བལྟ་བསྐྱར་བྱས་པ། བསྐྱོན་འབྱུར་གྱི་ཁྲོད་དུ་བཞུགས་པའི་རྩ་འགྲེལ་འགའ་རེ་ལའང་ཆོག་བསྐྱར་བཞིས་པ་བཙས་གསུམ་སྒྲིལ་དུ་བྱས་ཏེ། རུས་པ་གང་སྟབས་ཅི་སྟབས་ཀྱིས་ཞུ་དག་བྱེད་ཁུལ་



བྱས་ཡོད། འོན་ཀྱང་། དངོས་གཞིའི་ཞུ་དག་གི་དུས་ཡུན་སྤང་བ་དང་། ཞུ་དག་  
 བ་རྣམས་ཀྱི་ཤེས་ཚད་དཔན་པ། སློབ་སློན་དང་བྲལ་བས་ཉམས་སྤྱོད་གི་སྤྱོད་  
 ཚད་ཞན་པ་བཅས་འགལ་སྐྱེན་ཆེན་པོ་གསུམ་གྱིས་སྐྱེན་པས། ད་དུང་ཡང་  
 འགལ་འབྲུག་ནོར་གསུམ་གྱི་རིགས་ཇི་སྟེད་ཅིག་ཡོད་པར་གདོན་མི་བྱ་བས་  
 གཟུར་གནས་མཁྱེན་ལྡན་རྣམ་པས་ཐད་ཀར་སེར་སྤྲད་དཔེ་མཛོད་ཁང་ལ་འབྲེལ་  
 གཏུགས་ཀྱིས་ནོར་འབྲུལ་ཡོ་བསྐྱར་དང་ལེགས་ཆ་མཐུན་སྟོན་གྱི་བཀའ་སློབ་  
 ལྟག་པོ་གནང་རྒྱུར་གྱུས་བསུ་ཞུ་བྱ་བཅས།

ཞུ་སྤྱི་ག་པ་སྤྱན་མོང་ནས་ཟླ་ཆོས་ཉིན།

# ༣༡ རིགས་པ་དྲུག་ཅུ་པའི་ཟིན་གྱིས་རྗེའི་གསུང་བཞིན་ རྒྱལ་ཚབ་ཆོས་རྗེས་བཀོད་པ་བཞུགས་སོ།

ཨ་ཁྱེ་ཙཱ་ཁ་པ་སྒོ་བཟང་གཤགས་པ། ༡༣༥༧-༡༣༧༤

༣༡ རྗེ་བཙུན་དམ་པ་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆལ་སོ། རིགས་པ་དྲུག་ཅུ་  
 པའི་ཆོག་ལེན་གྱིས་པ་ལ་གསུམ། བསྟན་བཅོས་རྩོམ་པའི་སྟོན་འགྲེམ་ཆོད་  
 བཟོད། བརྩམ་པར་དམ་བཅའ་བ་གཞུང་དངོས། བརྩམས་པའི་དགོས་བྱུང་ཚུབ་  
 ཏུ་བསྟོ་བའོ། །དང་པོ་ནི། གང་གིས་སོགས་རྒྱུ་པ་བཞི་ལ། མགོན་པོ་སྤྱི་སྤྱོ་  
 ཆོས་ཅན། བསྟན་བཅོས་རྩོམ་པའི་ཐོག་མར་སྟོན་པ་ལ་བསྟོད་ཕྱག་མཛད་པ་ལ་རྒྱ་  
 མཚན་ཡོད་དེ། ཐུབ་པ་སངས་རྒྱུས་བཅོམ་ལྷན་འདས་དེས་རང་བཞིན་གྱིས་སྤྱོས་  
 བ་དང་འགག་པ་སྟོང་བའི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་རང་དབང་དྲུག་སྟུངས་པའི་རྒྱ་  
 མཚན་གྱིས་དེ་ལ་བསྟོད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སངས་རྒྱུས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཆོས་  
 ཅན། ཐུབ་དབང་ཞེས་འཛིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། རྟེན་འབྲེལ་རང་བཞིན་གྱིས་  
 སྤྱོ་འགག་བྱེད་པ་རྒྱ་འབྲས་པན་ཚུན་ལྟོས་པའི་ཚུལ་འདིས་སྟོང་བའི་ཚུལ་རང་  
 དབང་དྲུག་སྟུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ཆོས་ཅན་དང་གསལ་བ་སྟུ་མ་ལ། རྟེན་  
 འབྲེལ་རང་བཞིན་གྱིས་སྤྱོ་འགག་བྱེད་པ་དེ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཚུལ་འདིས་སྟོང་ཚུལ་  
 རང་དབང་དྲུག་སྟུངས་པའི་ཕྱིར་དང་། རྟེན་འབྲེལ་རང་བཞིན་གྱིས་སྤྱོ་འགག་  
 བྱེད་པ་དེ་ཆད་ནས་འཆད་པའི་རྟེན་འབྲེལ་སྟོན་པའི་རིམ་པའི་ཚུལ་འདིས་སྟོང་

ཚུལ་རང་དབང་དུ་གསུངས་པའི་བྱིར་དང་། ཡང་དེ་ལོག་ནས་འཆད་པའི་རིགས་  
པའི་ཚུལ་གྱིས་སྟོང་ཚུལ་རང་དབང་དུ་གསུངས་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་ལ་མདོར་བསྟན། རྒྱས་པར་བཤད་པ། དོན་བསྟུ་བའོ། །དང་  
པོ་ལ་གསུམ། མཐའ་བྲལ་དུ་བསྟན་པ། དེ་རྟོགས་ཡེ་ཤེས་སྤྱད་པ་ལས་གྲོལ་  
བའི་ལམ་དུ་བསྟན་པ། དེ་གོམས་པས་འབྲས་བུ་ཐོབ་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ།  
རྟོན་འབྲེལ་ཟབ་མོ་གང་གིས་རྟོགས་པ་དང་། ཟབ་མོ་མཉན་པར་གདམས་པ་  
དང་། ཡོད་མཐའ་འགོག་པའི་རིགས་པ་བསྟན་པའོ།

དང་པོ་ནི། གང་ཟག་སོགས་རྒྱང་པ་བཞི་ལ། ཁོ་ན་རེ། བུ་མ་སྦྱེས་པ་དེ་  
བུ་སྦྱེས་པའི་སྒྲ་དོན་དུ་མི་འཐད་པ་ལྟར། རང་བཞིན་གྱིས་མ་སྦྱེས་པ་དེ་རྟོན་  
འབྲེལ་གྱི་སྒྲ་དོན་དུ་འགལ་ལོ་ཞེས། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མ་རྟོགས་པའི་བྱིས་པ་ལ་སྦྱོས་  
ཏེ་འགལ་བར་རྟོག་ན་ནི་འགལ་དུ་ཚུགས། ཁོ་བོ་ཅག་ལ་མི་གཞོད་དེ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
གཟིགས་པའི་སྒྲོལ་སྦྱོས་ན་ནི་མི་རིགས་ཏེ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གཟིགས་པའི་ལྷ་རི་བུ་  
ལ་སོགས་པའི་གང་ཟག་གི་མཉན་གཞག་དེ་དག་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་དོར་རང་  
བཞིན་མེད་པ་དང་རྟོན་འབྲེལ་མི་འགལ་བར་ཐལ། ཁྱོད་དེ་ཉིད་མ་རྟོགས་པའི་བྱི་  
མའི་ཡུལ་མ་ཡིན་པ་དང་། མཐར་འཛིན་གྱི་སྒྲོས་དམིགས་པ་མེད་པའི་རྟོན་རྟོན་  
འབྲེལ་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པར་མདོར་བསྟུ་གྱིས་རྟོགས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་  
ཐལ། ཡོད་པ་དང་། མེད་པ་དང་དེ་གཉིས་ཀྱི་དབྱུས་ཀྱི་མཐའ་གང་ལ་ཡང་མི་  
གནས་པར་དངོས་པོ་མཐའ་དག་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པར་རྟོགས་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་ལ། མེད་ལྷ་འགོག་པའི་རིགས་པ་བཤད་ཐིག་དྲན་པ་ལ་སྒྲུབ་  
 བ། ཡོད་ལྷ་འགོག་པའི་རིགས་པ་མཉན་པར་གདམས་པའོ། །དང་པོ་ནི། རེ་  
 ཞིག་སོགས་རྒྱུ་པ་གཉིས་ལ། ཁོན་རེ། རྟེན་འབྲེལ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་  
 མི་རིགས་ཏེ། མངོན་སུམ་ལ་སོགས་པས་གནོད་པའི་ཕྱིར་དང་། ལུང་གི་གནོད་  
 བྱེད་ཆོས་མངོན་པའི་མདོ་ལས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཆོ་ག་སུམ་པ་  
 དང་། ལུང་ཁམས་སྒྲེ་མཆེད་ཀྱི་རང་དང་སྒྲིའི་མཆོན་ཉིད་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ཞེ་  
 བ། མགོན་པོ་སྒྲུབ་ཆོས་ཅན། སྐབས་འདིར་ཉན་ཐོས་སྡེ་པའི་ངོར་ཡོན་ཏན་  
 འགྲིབ་ཅིང་། ཉེས་པ་ཀུན་གྱི་འབྱུང་གནས་མེད་ལྷ་འགོག་པའི་རིགས་པ་རྒྱས་  
 བར་མི་སྟོན་པའི་རྒྱ་མཆོན་ཡོད་དེ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་སྡེ་སྟོན་རང་ལས་མེད་ལྷ་འགོག་  
 པའི་རིགས་པ་རྒྱས་པར་གསུངས་ཤིང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཉན་ཐོས་དེ་དག་གིས་  
 གྲུང་མེད་ལྷ་བཀག་པའི་རྒྱ་མཆོན་གྱིས་འདིར་མ་བཤད་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་  
 ནི། རིགས་སོགས་གཉིས་ལ། རིགས་པ་གང་གིས་ཡོད་ལྷ་འགོག་པ་ལ་ཉན་  
 ཐོས་སྡེ་པས་མཉན་པར་བྱ་བར་རིགས་ཏེ། རང་གི་སྡེ་སྟོན་ལས་ཡོད་ལྷ་འགོག་  
 པའི་རིགས་པ་གསུངས་གྲུང་། བར་མ་ཆད་པ་དང་། རྒྱན་རིང་བ་དང་། གཞུང་  
 གཅིག་ཏུ་རྒྱས་པར་མ་གསུངས་པའི་རྒྱ་མཆོན་གྱིས་ཉན་ཐོས་སྡེ་པ་རྣམས་ཡོད་  
 བར་བལྟ་བ་ལ་ཞེན་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་ནི། ཇི་ལྷར་སོགས་བཞི་ལ། དངོས་སྒྲུབ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་  
 ལུགས་ལ་བྱིས་པ་སོ་སོ་སྒྲེ་བོ་ཐམས་ཅད་ལུང་པོའི་དངོས་པོ་ཕྱིས་ལོན་པ་མེད་

པའི་ཐུང་འདས་ཐོབ་ཟིན་པའི་བདག་ཉིད་དུ་རྒྱ་མཚན་ཅིས་མི་འདོད་ནས་འདོད་  
 རིགས་བར་ཐལ། ཁྱོད་གྱི་ལུགས་ལ་བྱིས་པ་རྣམས་གྱི་དངོས་པོ་བདེན་པར་  
 བཏགས་པ་བཞིན་དུ་དེ་དངོས་པོའི་དེ་ཁོན་ཉིད་དུ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ལ། མཐར་འཛིན་གྱི་ལྷ་བ་སྲིད་པ་ལས་གྲོལ་བར་མི་བསྐྱུན།  
 མཐར་བུལ་རྟོགས་པ་གྲོལ་བར་བསྐྱུན། ཚུད་པ་སྤང་བའོ། །དང་པོ་ནི། ཡོད་  
 སོགས་གཉིས་ལ་རིམ་པ་བཞིན། དངོས་པོ་བདེན་འཛིན་གྱི་སྒྲོ་ཆས་ཅན། ཁྱོད་  
 ལ་བརྟེན་ནས་སྲིད་པ་ལས་གྲོལ་མི་རུས་ཏེ། སྲིད་པའི་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། རྒྱ་འབྲས་ལ་སྦྱར་འདེབས་གྱི་ལྷ་བ་ཆས་ཅན། བསལ་བ་སྤྲུལ་ལ། ཁྱོད་  
 ཉིས་པ་ཀུན་གྱི་འབྱུང་གནས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། དངོས་སོགས་གཉིས་  
 ལ། དངོས་པོ་དངོས་མེད་རང་བཞིན་གྱིས་སྦྱང་བར་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆས་  
 ཅན། ཁྱོད་ལ་བརྟེན་ནས་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་རྣམས་སྲིད་པ་ལས་གྲོལ་  
 བར་འགྱུར་ཏེ། ཁྱོད་སྲིད་པའི་རྒྱུའི་དངོས་གཉེན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི།  
 དེ་སོགས་རྐང་པ་བཞི་ལ། རིམ་པ་བཞིན། རྟེན་འབྲེལ་རང་བཞིན་མེད་ཀྱང་སྲིད་  
 པ་རང་མཚན་སྤང་བྱ་དང་། ཐུང་འདས་རང་མཚན་པ་ཐོབ་བྱར་བསྐྱུན་པ་ལ་  
 དགོས་པ་ཡོད་དེ། སྲིད་པ་དང་ཐུང་འདས་རང་མཚན་སྤང་སྤང་དུ་ཞེན་པ་ལྷོག་  
 པའི་ཕྱིར་དུ་དེ་ལྟར་གསུངས་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་བསྐྱུན་ནས་ཞེན་པ་ལྷོག་རུས་ཏེ།  
 འཁོར་བ་ཅམ་ལ་འདོར་འདོད་སྐྱེས་པ་ན་འཁོར་བ་རང་མཚན་པ་ལ་འདོར་འདོད་  
 བདེ་སྒྲག་ཏུ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཁོན་ཉིད་གཟིགས་པའི་མཉམ་གཞག་ལ་ལྷོས་ཏེ་

འཁོར་འདས་སྤང་བྱ་བ་སྤྲོད་པ་མིན་པར་ཐལ། སྤྱོད་པའི་པོར་དེ་གཉིས་སྤང་  
བྱང་ཐ་དད་དུ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྤྱིད་པ་དང་སྤང་འདས་རང་བཞིན་  
གྱིས་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་ནི། སྤྱིད་སོགས་དུག་ལ། རྟེན་འབྲེལ་རང་བཞིན་མེད་པ་ལ་  
སྤང་འདས་ཐོབ་རུང་བར་ཐལ། སྤྱིད་པ་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་པའི་སྤྱོད་  
གོམས་པར་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱུ་མ་དང་བྲལ་བའི་འགོག་པ་དེ་སྤང་  
འདས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་འབྲེལ་སྤང་འདས་དེ་སྤང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་སྤྱུ་མ་  
དང་མཚུངས་པ་ཡིན་ཏེ། དངོས་པོ་སྤང་སྤྱིས་པ་དེ་ཕྱིས་རྒྱུ་འདྲི་དངོས་པོ་འཆར་བ་  
ལ་ལྟོས་པ་མ་གཏོགས་རང་དབང་དུ་འཆར་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་རྒྱས་བཤད་ལ། འབྲས་བུ་ཐོབ་ཚུལ་གཞི་གཏན་ལ་དབབ་པ།  
ལམ་ལ་འཕྱག་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ། ཉན་ཐོས་སྤྱི་པའི་ལུགས་ལ་སྤང་འདས་  
ཐོབ་པ་མི་འཐད་པར་བསྟན་པ། རང་ལུགས་ལ་འཐད་པར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་  
ལ། སྤང་འདས་སྤྱིར་བསྟན། བྱེ་བྲག་ཏུ་དགག་པའོ། །དང་པོ་ལ། སྤང་འདས་  
མཛོན་དུ་བྱས་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ་བ། ཟད་མི་ཤེས་མི་འཐད་པར་ཐལ་བའོ། །  
དང་པོ་ནི། རྣམ་སོགས་གསུམ་ལ། སྤྱུག་བསྐྱེལ་རང་མཚན་ཞིག་སྤྱི་རྒྱུན་ཆད་པ་  
ལ་བརྟེན་ནས་སྤང་འདས་ཐོབ་པར་ཐལ་བ་དང་། འདུས་བྱས་རང་བཞིན་མེད་  
པར་རྟོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤང་འདས་མི་ཐོབ་པར་ཐལ། ལས་ཉོན་དང་སྤྱུག་  
བསྐྱེལ་རང་མཚན་གཉིས་པོའི་སྟོབས་ཀྱིས་བཅོམ་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་སྤང་འདས་

ཐོབ་པའི་བྱིར། འདོད་ན། མུང་འདས་མཛོན་དུ་བྱས་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ།  
 མུང་པོ་ཞིག་པའི་དུས་དེར་མཛོན་དུ་བྱེད་པ་པོའི་གང་ཟག་མེད་གང་ཟག་ཡོད་  
 དུས་མུང་པོ་ཞིག་པ་མི་འཐད་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་ནི། ཞིག་སོགས་གཅིག་ལ་དག་བཅོམ་ཐོབ་ཆོ་བདག་གི་སྐྱེ་བ་  
 ཟད་དོ་སྐྱུ་མ་པའི་ཟད་པ་ཤེས་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དག་བཅོམ་པའི་དུས་ན་མུང་  
 པོ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱེ་བ་ཡོད་པའི་བྱིར། ཞིག་ཅེས་ཞེས་པ་ལྟར་ན། སྐྱེ་བ་  
 ཟད་དོ་ཞེས་པའི་མདོའི་དོན་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཉགས་སྒྲ་མའོ།

གཉིས་པ་ལ་ལྷག་བཅས་དང་། ལྷག་མེད་ཀྱི་མུང་འདས་དགག་པའོ། །  
 དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་སོགས་གཉིས་ལ། ཉོན་མོངས་ཟད་པའི་ལྷག་བཅས་ཀྱི་མུང་  
 འདས་མེད་པར་ཐལ། མུང་པོ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་མ་འགག་པར་ཡོད་པའི་བྱིར།  
 ཁྲུབ་པར་ཐལ། ཇི་སྲིད་མུང་པོར་འཛིན་བ་ཡོད་པ་དེ་སྲིད་དུ་རང་འཛིན་སྐྱེ་བའི་  
 བྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ནི། གང་སོགས་གཉིས་ལ། མུང་པོ་མ་ལུས་འགགས་པའི་  
 ལྷག་མེད་ཀྱི་མུང་འདས་མེད་པར་ཐལ། ལྷག་བཅས་ཀྱི་གནས་སྐབས་སུ་མུང་པོ་  
 རང་མཆོན་ཡོད་ལ། དེ་ཡོད་ན་དེ་ལ་དམིགས་ནས་ཉོན་མོངས་སྐྱེ་བའི་བྱིར་རོ།

རང་ལུགས་ལ་མུང་འདས་ཐོབ་པ་འཐད་པ་ལ། རང་བཞིན་མེད་པའི་ལྷ་  
 བཞོམས་པར་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་མུང་འདས་ཐོབ་པར་འཐད་པ་དང་། འགོག་  
 པ་དེ་སྐྱེ་མ་ལྟ་བུར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ། མུང་འདས་མཛོན་དུ་བྱས་པའི་  
 དུས། ཆོས་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་ངོ་བོས་བྱས་པའི་དབྱེ་བ་མེད་པར་བསྟན་

པའོ། །དང་པོ་ནི། མ་སོགས་རྒྱལ་ལ། འདུ་བྱེད་སོགས་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་  
 གྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་དེ། དེ་ཡོད་ན་འཕགས་པའི་མཉམ་གཞག་ཡེ་ཤེས་གྱིས་གཟིགས་  
 དགོས་པ་ལས་མ་གཟིགས་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེས་མ་དམིགས་པར་ཐལ། མ་  
 རིགས་པའི་རྒྱུན་སྟོབས་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། བྱི་མ་གཉིས་ལ། རང་  
 བཞིན་མེད་པ་ལ་སྤྱང་འདས་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་པ་འཐད་པར་ཐལ། རང་བཞིན་  
 མེད་རྟོགས་གོམས་པར་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཉོན་མོངས་མ་ལུས་པ་ཐད་པའི་  
 ལྷག་བཅས་གྱི་གནས་སྐབས་དེར། མཐོང་ཆོས་ཆོ་དེ་ལ་སྤྱང་འདས་ཐོབ་པ་དང་  
 ཆངས་དང་སྟོད་སྟོབས་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བ་བྱས་པའི་སྤྱིར། འདི་སྐྱུས་བདག་  
 གིས་སྐྱེ་བ་ཐད་པ་དང་། འདི་ལས་སྤིད་པ་གཞན་མི་ཤེས་པ་ལྟ་བུའོ། །གཉིས་པ་  
 ནི། གལ་ཏེ་སོགས་རྒྱལ་ལ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་མི་མཁས་པའི་དངོས་སྐྱ་པའི་  
 ལུགས་མ་མཐོང་བ་དེས། རྒྱུན་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་རོ་གཅིག་པའི་དོན་  
 མངོན་དུ་མ་མཐོང་བར་ཐལ། དངོས་པོ་ཤིན་ཏུ་བྱ་བ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་  
 པའི་རྒྱལ་བྱ་རབ་ལ་སོགས་པ་རང་གི་མཆན་ཉིད་གྱིས་སྐྱེ་བ་རྣམ་པར་བརྟགས་  
 པའི་སྤྱིར། ཁྱབ་པར་ཐལ། རང་གི་མཆན་ཉིད་གྱིས་སྐྱེ་བ་ཡོད་ན་ཆོས་དོན་དམ་  
 པའི་བདེན་པ་སྤར་མ་ཤེས་གསར་དུ་ཤེས་པའི་མཐུག་ཐོགས་སུ་མི་རྟག་པ་ལ་  
 སོགས་པའི་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་མཐོང་ལམ་གྱི་སྐབས་དེར། རྣམ་པ་མི་འདྲ་  
 བ་སོ་སོར་གཅོད་དགོས་པའི་སྤྱིར། ཡང་ན། དངོས་པོ་སྐྱུ་བ་དེ་དག་གིས་རྟེན་  
 ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བའི་དོན་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་མ་མཐོང་ཞེས་པའོ།



གཉིས་པ་ལ་འགག་པ་ཇས་གྲུབ་དགག། གླུ་མ་ལྷ་པོའི་འགོག་པ་སྤྲུབ་  
 པའོ། །དང་པོ་ནི། ཉོན་མོངས་སོགས་དྲུག་ལ། དངོས་པོ་སྤྲུབ་པའི་ལྷགས་ལ་  
 འཁོར་བ་ལ་ཐོག་མའི་རྩོམ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། ཉོན་མོངས་ཟད་པར་སྤངས་པའི་  
 བོད་ནས་འཁོར་བ་རང་མཚན་རྒྱུན་ཆད་པའི་སྤང་འདས་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་  
 ན་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེ་ཡོད་ན་སངས་རྒྱུས་གྱིས་གསུང་རིགས་པ་ལས་མ་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར། གང་ཟག་དེ་ངས་པར་རྒྱུ་ལ་སྤྲུབ་པ་འདེབས་པའི་ལོག་ལྷ་  
 ཅན་དུ་འགྱུར་ལ། འཁོར་བ་ལ་ཐོག་མ་ཡོད་པར་ཁས་སྤངས་པའི་ཕྱིར། གཉིས་  
 པ་ལ། དཔེ་དོན་སྒོ་ནས་མདོར་བསྟན། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི་རྟེན་  
 སོགས་དྲུག་ལ། འཁོར་བ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་སྟོན་དང་བྱི་མའི་མཐའ་རང་བཞིན་  
 གྱིས་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ཆོས་ཅན། རྟག་པར་  
 ཐལ། རང་བཞིན་གྱིས་སྤྲེས་པའི་ཕྱིར། ཁྲུབ་པར་ཐལ། སྟོན་སྤྲེས་རང་བཞིན་  
 གྱིས་གྲུབ་ན། སྤྲུབ་དེ་ལྷོག་ཏུ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར། བྱི་མ་ལ་འཁོར་འདས་ཐམས་  
 ཅད་སྤང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་སྤྲུལ་དང་མཚུངས་པར་ཐལ། སྟོན་དང་བྱི་མ་ཐའི་  
 རང་བཞིན་རང་བཞིན་དང་བྲལ་བར་གནས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ལ། དཔེ་བཤད། དོན་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། གང་སོགས་  
 བཞི་ལ། གླུ་མ་མཁན་ཆོས་ཅན། གླུ་མའི་རྟ་སྤང་ལ་རྟ་སྤང་ཆད་མར་ཞེན་ནས་  
 དེའི་སྟོན་དང་བྱི་མ་ཐའ་ལ་སྟོངས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་དག་སྤྲུགས་དང་ཇས་ལ་  
 སོགས་འབྲུལ་རྒྱས་བསྤྲད་པ་ཅམ་ལས་བྱུང་བར་ཤེས་པའི་ཕྱིར། གླུ་མའི་ལྷ་དང་

མོ་བ་དེ་དག་ཆོས་ཅན། སྐྱུ་མའི་རྩ་སྒྲུང་གི་སྡོན་དང་ཕྱི་མཐའ་ལ་སྒྲོངས་པར་  
འགྱུར་རྟེ། དེ་དག་རྩ་སྒྲུང་ཆོད་མར་ཞེན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི་སྟེང་སོགས་  
བརྒྱད་ལ། དེ་དག་རྩོགས་པའི་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། སྡོན་དང་ཕྱི་མའི་མཐའ་  
རྩོག་པའི་མཐའ་འཛིན་གྱིས་ལྟ་བས་རྒྱུད་བསྐྱུད་པར་མི་འགྱུར་རྟེ། འགྲོ་བ་ཐམས་  
ཅད་སྤྲིག་གྱུ་སྐྱུ་མ་དང་མཚུངས་པར་རང་བཞིན་མེད་པར་མཛོན་སྤྲུམ་དུ་མཐོང་  
པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་བཞི་ལ། ཉན་ཐོས་སྟེ་བ་དེ་དག་ཆོས་ཅན། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་  
འབྱུང་བ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་སྡོན་གྱི་མཐའ་དང་ཕྱི་མའི་མཐའ་རང་  
བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པའི་འཁོར་རྩྱལ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་མི་ཤེས་པར་ཐལ། འདུས་  
བྱས་ཐམས་ཅད་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱེ་འཇིག་བྱེད་པར་རྩོགས་པའི་ཕྱིར།

གཞི་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ། འདུས་བྱས་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་  
བསྟན་པ་དང་། དེ་གཞན་ལ་ཇི་ལྟར་འཆད་པའི་རྩྱལ། དེ་རྒྱལ་བའི་དགོངས་  
པར་བསྐྱབ་པ། ཞར་ལ་ལྟོས་པའི་དབྱེ་བ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་སྐྱེ་འཇིག་རང་  
བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དགག། སྐྱེ་འཇིག་གསུངས་པའི་དགོས་པ། རོན་དེ་ཉིད་ངེས་  
པར་བྱ་བའོ། །དང་པོ་ལ་རྒྱས་པར་བཤད། རོན་བསྐྱབ་པའོ། །དང་པོ་ལ་སྐྱེ་བ་  
དགག། འཇིག་པ་དགག་པའོ།

དང་པོ་ནི། དེ་སོགས་བཞི་ལ། འདུ་བྱེད་སོགས་ཆོས་ཅན། རང་གི་ངོ་  
པོའི་རང་བཞིན་དུ་མ་སྐྱེས་པར་ཐལ། རྒྱ་དེ་དང་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར།  
འདོད་ན། རང་ཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་པར་ཐལ། རང་གི་ངོ་པོ་དང་གཞན་གྱི་ངོ་

བོའི་རང་བཞིན་དུ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། རྒྱ་སོགས་བཞི་ལ། འདུ་  
བྱེད་སོགས་ཀྱི་ཞིག་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། འདུ་བྱེད་སོགས་ཀྱི་  
ཞིག་པ་དེ་འདུ་བྱེད་སོགས་ཀྱི་རྒྱ་ཟད་པ་ལས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། འདུ་བྱེད་སོགས་  
ཀྱི་ཞིག་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། རང་གི་ངོ་བོ་དེ་གཞན་གྱི་ངོ་བོའི་  
རང་བཞིན་དུ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། རོན་བསྐྱ་བ་ནི། དེ་སོགས་གཉིས་ལ་སྐྱེ་འགག་  
གཉིས་ཀ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་ཀ་རྒྱ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་  
བའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ནི། རྒྱ་སོགས་དུག་ལ། རྒྱ་འཛིག་རང་བཞིན་མེད་ཀྱང་མདོ་  
ལས། རྒྱ་འཛིག་གསུངས་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། རོན་དམ་པའི་བདེན་པ་  
རྟོགས་པའི་ཕྱིར་ཏུ་རྒྱ་འཛིག་གསུངས་པའི་ཕྱིར། དེ་གསུངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་  
རོན་དམ་པའི་བདེན་པ་རྟོགས་པར་འགྱུར་ཏེ། འདུས་བྲས་སྐྱེ་བར་ཤེས་ན་དེ་ལ་  
བརྟེན་ནས་དེ་དང་རོན་གཅིག་པའི་མི་རྟག་པ་ཤེས་པར་འགྱུར་ལ། དེ་ཤེས་ན་དེ་  
ལ་བརྟེན་ནས་འཁོར་བ་འདོར་འདོད་དང་མྱང་འདས་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་འཇུག་པ་ཤེས་  
ཤིང་། དེ་ཤེས་ན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་དམ་པའི་ཆོས་རོན་དམ་པའི་བདེན་པ་རྟོགས་  
པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

རོན་དེ་ཉིད་ངེས་པར་བྱ་བ་ལ། རང་བཞིན་མེད་པ་རྟོགས་པའི་ཕན་  
ཡོན། མ་རྟོགས་པའི་ཉེས་དམིགས། འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་རིམ་བཞི་ལྟར་  
གཟིགས་པའི་ཚུལ། དེའི་ཤེས་བྱེད། དང་བོ་ནི། གང་ཟག་བསྟེན་སོགས་བཞི་

ལ། དེ་ཉིད་གཟིགས་པའི་འཕགས་པ་རྣམས་ཆོས་ཅན། མཐར་འཛིན་གྱི་ལྟ་བའི་  
སྟོབས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་སྲིད་པའི་རྒྱ་མཚོ་ལས་བསྐྱལ་བར་འགྱུར་ཏེ། རྟེན་ཅིང་  
འབྲེལ་འབྱུང་སྐྱེ་འཛིག་གི་རང་བཞིན་དང་བྲལ་བ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ནི། སོ་སོ་སོགས་བཞི་ལ། དངོས་སོ་རང་གི་ངོ་བོས་གྲུབ་པའི་  
བདག་ཉིད་ཅན་དུ་ཞེན་པའི་སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཆོས་ཅན། རང་གི་སེམས་ཀྱིས་  
བསྐྱུས་ནས་འཁོར་བར་འགྱུར་ཏེ། ཆགས་སོགས་ཉོན་མོངས་པའི་གཞན་དབང་  
དུ་གྱུར་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཡོད་པ་དང་མེད་པར་ལྟ་བའི་མཐར་འཛིན་གྱི་ལྟ་  
བ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་ཉེས་བས་སེམས་རྒྱུད་བཅིངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་ལ། མཛད་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
གཟིགས་ཚུལ། མགོན་པོ་སྤྱི་སྤྱུབ་ཉིད་ཀྱིས་གཟིགས་པའི་ཚུལ། དང་པོ་ནི།  
དངོས་སོགས་བཞི་ལ། དངོས་སོ་མི་རྟག་ཅིང་བསྐྱེད་པའི་ཆོས་ཅན་འདི་དག་ཆོས་  
ཅན། མཛད་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་མཁས་པ་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་རང་བཞིན་  
མཐའ་དག་གིས་དབེན་པར་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བ་ཡིན་ཏེ། ཉམས་ཚུང་བའི་  
དོན་གྱི་གསོག་ལྟ་བུ་དང་། ཆོས་དང་གང་ཟག་གི་བདག་གིས་སྟོང་པར་མངོན་  
སུམ་དུ་གཟིགས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ནི། གནས་སོགས་བརྒྱད་ལ། འདུ་བྱེད་སོགས་འདི་དག་ཆོས་  
ཅན། རྒྱུན་གསུམ་གྱི་དབང་གིས། བདེན་པར་གནས་པ་མེད་དེ། གནས་བྱེད་  
རྒྱུན་གསུམ་ག་བདེན་པར་མེད་པའི་ཕྱིར། བདག་རྒྱུན། དམིགས་རྒྱུན། དེ་མ་

ཐག་རྒྱུན་གསུམ་རིམ་པ་བཞིན་དུ་གནས་མེད་དམིགས་མེད་ཅུ་བ་མེད་པ་གསུམ་  
 གྱིས་བདག་མེད་དུ་སྟོན་དོ། ཀླང་པ་གསུམ་པ་ལ་དེ་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་མེད་  
 བཞིན་དུ་རང་བཞིན་དང་བཅས་པར་སྤང་བའི་རྒྱུ་མཚན་ཡོད་དེ། མ་རིག་པའི་  
 རྒྱུ་འབྲས་ལས་བདེན་པར་སྤང་བའི་ཕྱིར་རོ། དེ་ནས་ཀླང་པ་གཅིག་ལ། དེ་  
 ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་མེད་དེ། ཐོག་མཐའ་དབུས་གསུམ་གྱི་རང་བཞིན་དང་  
 བུལ་བའི་ཕྱིར། ཡང་ཀླང་པ་གཉིས་ལ། དེ་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་མེད་བཞིན་དུ་  
 མ་རིག་པའི་སྟོབས་ལས་རང་བཞིན་དང་བཅས་པ་སྤང་བར་ཐལ། རྒྱུ་འབྲས་བཞིན་  
 དུ་སྟོང་པོ་ཅུང་ཟད་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཇི་ཟེའི་གྲོང་ཁྲེའི་དང་འབྲུ་བར་བདེན་  
 པར་མེད་བཞིན་དུ་དེར་སྤང་བའི་ཕྱིར་རོ། ཀླང་པ་ཐ་མ་གཉིས་ལ། མགོན་པོ་སྤྱི་  
 སྤྱོད་ཆོས་ཅན། འདུ་བྱེད་རང་བཞིན་མཐའ་དག་གིས་དབེན་པར་མངོན་སུམ་དུ་  
 མཐོང་སྟེ། མོངས་པའི་གྲོང་ཁྲེའི་མི་ཟད་པའི་འགོ་བ་མཐའ་དག་སྤྱི་མ་དང་འབྲུ་  
 བར་མངོན་སུམ་དུ་གཟིགས་པའི་ཕྱིར།

བཞི་པ་ལ་ལུང་གི་ཤེས་བྱེད་དང་། རིགས་པའི་ཤེས་བྱེད་དོ། འདྲ་པོ་  
 རྟོ། ཚད་མས་སོགས་བཞི་ལ། འདུ་བྱེད་སྤྱི་མ་ལྟ་བུ་ལས་གཞན་པའི་ཆོས་ཅུང་  
 ཟད་ཀྱང་འདུས་པ་མེད་པར་ཐལ། དབང་པོ་ལས་འདས་དོན་མཐོང་བ་ལ་འཇིག་  
 ཉིན་ཚད་མར་གྲགས་པའི་ཚངས་པ་སོགས་ལ་བདེན་པར་སྤང་བ་དེ་དག་  
 འཕགས་པ་ནམས་གྱིས་རྒྱན་པར་གཟིགས་ཞེས་པ་སངས་རྒྱལ་གྱིས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། འཇིག་ཆོགས་བཞི་ལ། བསལ་བ་སྤྲུལ་ལ་དེ་ལྟར་

ཡིན་ན་མ་རིག་སྟོངས་པར་འགྱུར་བས་སྟེད་པའི་ཚུ་གྲུང་གི་རྒྱན་སྟོགས་སུ་རྩེས་  
སུ་གཞོལ་བའི་ཆངས་པ་སོགས་དང་། ཡུལ་ལ་སྟེད་པ་དང་བུལ་བའི་མཁས་པ་  
རྣམས་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་ལ་ལྟ་བ་མཚུངས་པར་འགྱུར་ཏེ་མཚུངས་པའི་  
གོ་སྐབས་མེད་པའི་ཕྱིར།

དེ་གཞན་ལ་ཇི་ལྟར་འཆད་པའི་ཚུལ་ལ། འཆད་པའི་རིམ་པ། དེ་ལས་  
ལོག་པར་བཤད་པའི་ཉེས་དམིགས། དེའི་གཉེན་པོའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་སོགས་  
བཞི་ལ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་འཆོལ་ཞིང་དོན་དུ་གཉེར་བའི་གང་ཟག་ལ། ཐོག་མ་ཁོ་  
ནར་བདེན་པ་མ་བཞག་པར་བྱང་ཁམས་སྐྱེ་མཆེད་སོགས་བསྟན་པར་བྱ་བ་ཡིན་  
ཏེ། ཐ་སྙད་བདེན་པ་རྟོགས་པ་དེ་དོན་དམ་བདེན་པ་རྟོགས་པའི་ཐབས་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། ཀྱང་བ་ཕྱི་མ་གཉིས་ལ། དུས་ཕྱིས་དོན་འདུས་བྱས་སྐྱེ་འཇིག་བྱེད་པར་  
རྟོགས་ཤིང་འཁོར་བ་ལ་ཆགས་པ་མེད་པའི་གང་ཟག་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་དབེན་  
པའི་སྟོང་ཉིད་བསྟན་པར་བྱ་སྟེ། དེའི་ཆེ་སྟོང་ཉིད་བསྟན་པའི་སྟོང་དུ་གྱུར་པའི་  
ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། རྣམ་སོགས་བཞི་ལ། སྟོང་དུ་མ་གྱུར་བ་ལ་ཐོག་མ་ཁོ་ནར་  
སྟོང་ཉིད་བསྟན་པར་མི་རིགས་ཏེ། དེ་བསྟན་ན་ཐོག་མར་རང་བཞིན་གྱིས་དབེན་  
པའི་དོན་མི་ཤེས་པར་དུ་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲ་ཐོས་པ་ཙམ་གྱི་རྩེས་སུ་འཇུག་ཅིང་བསོད་  
ནམས་ཀྱི་ལས་མི་བྱེད་པ་དེ་དག་ལ་དོན་མ་ཡིན་བ་ཆེན་པོ་འབྲེན་པའི་ཕྱིར།  
གསུམ་པ་ནི། ལ་སོགས་བཞི་ལ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་འཆོལ་བའི་གང་ཟག་ལ་འཁོར་  
བར་འཇུག་སྟོགས་དང་ལྟོག་སྟོགས་གོ་རིམ་མ་འཆོལ་བར་བསྟན་པར་བྱ་བ་ཡིན་

ཏེ། དང་པོར་དགེ་མི་དགོ་ལས་འབྲས་བྱ་དང་བཅས་པ་དང་འགོ་བ་ལྟའི་འཁོར་  
བར་འཁོར་ཚུལ་སྤྲུལ་ཀུན་བསྟན་པ་དང་། དེའི་རྗེས་སུ་རང་བཞིན་གྱིས་སྤྲོད་པ་  
མཛོན་སྤྲུལ་དུ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པའི་ལམ་བཤེན་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་  
པ་ལ་སྐྱོ་བྱར་གྱི་རྩི་མ་དང་བྲལ་བའི་འགོག་བཤེན་བསྟན་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར།

དེ་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པར་བསྐྱབ་པ་ལ། སྤང་སོགས་གསུངས་པ་བྱང་  
དོན་དུ་བསྟན། སྐྱེ་མེད་གསུངས་པ་ངས་དོན་དུ་བསྐྱབ་པའོ། །དང་པོ་ལ་སྤང་  
སོགས་གསུངས་པའི་དགོངས་པ། དེའི་ཤེས་བྱེད་དོ། །དང་པོ་ནི། དགེ་སོགས་  
བཞི་ལ། སྤང་ཁམས་སྐྱེ་མཆེད་དེ་ཁོ་ནར་མ་གྲུབ་ཀྱང་སྟོན་པས་གསུངས་པ་ལ་  
དགོས་པ་ཡོད་དེ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་བྱང་བའི་ཕྱིར་དུ་གསུངས་པའི་ཕྱིར། དཔེར་  
ན་འཛིག་ལྷ་ཟད་པར་སྤངས་ཀྱང་དེའི་ཆོ་དཔེ་དུས་ན་ཞེས་བྱང་དོན་དུ་གསུངས་  
པ་བཞིན།

གཉིས་པ་ལ། རིགས་པའི་ཤེས་བྱེད་དང་། སྤང་གི་ཤེས་བྱེད་དོ། །དང་  
པོ་ནི། འབྱུང་སོགས་བཞི་ལ་འབྱུང་བ་ཆོས་ཅན་འབྱུང་བ་བཞི་དང་སེམས་  
སེམས་བྱུང་ལྡན་མིན་འདུ་བྱེད་སོགས་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྒྲོས་ལོག་  
པར་བཏགས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་འདོད་བྱེད་གྱི་ཤེས་པ་རང་བཞིན་མེད་པར་  
རྟོགས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཁྱོད་ལ་བཤེན་འཛིན་དང་བྲལ་བར་འགྱུར་བའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། ཁྱོད་གྱི་རྣམ་ཤེས་ལ་རྣམ་པ་བཞག་ཅིང་རྣམ་ཤེས་གྱི་ཁྱོད་ལ་

བདག་པ་ནས་བཞག་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། མུང་སོགས་བཞི་ལ། ལྷག་མ་  
འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཀུན་རྫོབ་པ་ཐམས་ཅད་རྩན་པ་བསྐྱུ་བའི་ཆོས་ཅན་དུ་མཁས་པ་སུ་ཞིག་  
རྟོགས་མི་བྱེད་དེ་རྟོགས་རིགས་པར་ཐལ། སངས་རྒྱུས་ཀྱི་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་  
གཅིག་སུ་བདེན་པ་དམ་པ་མི་སྐྱུ་བའི་ཆོས་ཅན་དུ་གསུངས་པའི་ཕྱིར། སྐྱེ་མེད་  
གསུངས་པ་ངེས་དོན་དུ་བསྟན་པ་ལ། མ་རིག་པར་སྒྲུང་བ་རང་བཞིན་མེད་པ།  
མ་རིག་པའི་རྗེས་སུ་འགོ་ལྷོག་བྱེད་པས་རང་བཞིན་མེད་པ་དང་། སྐྱེ་འཇིག་  
གནས་གསུམ་རྒྱུ་ལ་ལྷོས་པས་རང་བཞིན་མེད་པའོ། །དང་པོ་ལ་ནི། ཇི་སོགས་  
བཞི་ལ། རྟོན་འབྱུང་རང་བཞིན་མེད་པའི་དོན་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་གནས་  
སྐབས་འདི་ལ་སྒྲར་བཤད་པའི་དོན་མ་ཡིན་པ་འདྲེན་པའི་ཉེས་པ་མེད་པར་ཐལ།  
གནས་སྐབས་དེ་བདུད་ཀྱི་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པར་ཐལ། ཇི་སྲིད་  
རྩལ་མིན་ཡིད་བྱེད་ཀྱིས་གཡོ་བ་ཡོད་པ་དེ་སྲིད་དུ་འཕགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་  
སྟོག་གི་དབང་པོ་འགག་པར་བྱེད་པའི་བདུད་ཀྱི་སྟོད་ཡུལ་ལས་མ་འདས་པའི་  
ཕྱིར།

གཉིས་པ་ལ། རྗེས་འགོ་དང་། ལྷོག་པའོ། །དང་པོ་ནི། འཇིག་སོགས་  
བཞི་ལ། འཇིག་རྟོན་ཉེར་ལེན་ཀྱི་སྤང་པོ་ཆོས་ཅན། རྟོག་པས་བདག་པ་  
ཐལ། སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་མ་རིག་པའི་རྒྱུན་གྱིས་འདུ་བྱེད་ཅེས་སོགས་སོ་ཞེས།  
དངོས་པོ་བདེན་འཛིན་ཀྱི་མ་རིག་པའི་རྒྱུན་ཅན་དུ་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་  
ནི། མ་སོགས་བཞི་ལ། ཆོས་ཅན་མ་རིག་པས་ཀུན་དུ་བདག་པ་ཐལ།



དངོས་པོ་བདེན་འཛིན་མ་དེག་པ་འགག་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་འགག་པར་འགྱུར་བའི་  
ཕྱིར།

གསུམ་པ་ནི། གང་སོགས་བཞི་ལ། འདུ་བྱེད་སྤྲུག་བསྐྱེལ་གྱི་ཕུང་པོ་  
ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་མེད་པར་ཐལ། སྤྱི་གནས་འཛིག་རྒྱུ་ལ་སྟོབས་བའི་ཕྱིར།  
དེ་གསུམ་རྒྱུ་པ་དང་པོ་གསུམ་གྱིས་རིམ་བཞིན་སྟོན་ལ། ཕྱི་མ་བསྐྱེལ་བ། ཁྱོད་  
འཛིག་པར་འགྱུར་བ་རྒྱུན་ལ་སྟོབས་ཏེ། ཁྱོད་གནས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུན་ཐད་པ་དེ་ཁྱོད་  
འཛིག་པའི་རྒྱུན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཞར་ལ་ལྷ་བའི་དབྱེ་བ་བསྟན་པ་ལ། དངོས་དང་། མཐར་ལྷའི་གཞན་  
དབང་དུ་འགྱུར་མི་འགྱུར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་  
ཁས་སྤངས་པས་གཞན་སྡེ་ལས་རང་གི་རྩ་བའི་གྲུབ་མཐའ་དང་འགལ་བ་མེད་  
པར་ཐལ་བ། རང་སྡེས་ཁས་ལེན་པ་ཆེས་མི་དེགས་པ་དང་། དེའི་འཐད་པའོ། །  
དང་པོ། གང་སོགས་བཞི་ལ། དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་ཁས་སྤངས་  
པའི་སྟོབས་ཀྱིས་གཞན་སྡེ་ལ་རང་དབང་གི་རྩ་བའི་གྲུབ་མཐའ་དང་འགལ་བ་  
མེད་པར་ཐལ། གངས་ཅན་བྱེད་སྤྲུག་པ་སོགས་གཞན་སྡེ་རྣམས་དངོས་པོ་རྟག་  
སོགས་སྤྱུ་ཞེན་བའི་ལམ་ལ་གནས་པའི་ཕྱིར། །གཉིས་པ་ནི། སངས་རྒྱས་  
སོགས་བཞི་ལ། རང་སྡེ་དངོས་པོར་སྦྱོབས་རང་བཞིན་སྟོང་པ་ལ་རྩྭ་ཅིང་  
དངོས་པོ་བདེན་པར་སྦྱོབ་མི་དེགས་པར་ཐལ། རང་སྡེ་རྣམས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
ལམ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་ཁས་སྤངས་ནས་འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པར་སྦྱོ

བའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི། འདི་འཕ་ཞེས་སོགས་བཞི་ལ། གཟུགས་འདི་འཕ་  
ཆོར་བ་འདི་བདེན་པར་སྒྲུབ་མི་རིགས་པར་ཐལ། དེ་དག་བདེན་མི་བདེན་རྣམ་  
པར་དབྱེད་པའི་ཆོ་རྣམ་པར་བདེན་པར་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ལ། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཁས་སྐྱངས་པ་ལ་མཐར་ལྷའི་  
གཞན་དབང་དུ་འགྱུར་བ་དང་། རང་བཞིན་མེད་པར་སྒྲུབ་པ་ལ་དེའི་དབང་དུ་མི་  
འགྱུར་བར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཞན་སྡེ་འགྱུར་ཚུལ་དང་། རང་སྡེ་འགྱུར་  
ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། གང་སོགས་བཞི་ལ། གཞན་སྡེ་རྣམས་རྟག་ཆད་ལ་  
སོགས་མཐར་ལྷའི་དབང་དུ་འགྱུར་བར་ཐལ། བདག་དང་ཡུང་པོ་བརྟེན་ནས་  
བཏགས་པ་མིན་པར་རྟག་པར་སྒྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཡང་ན་རང་སྡེ་ཁ་ཅིག་རྟག་མི་རྟག་  
ལ་སོགས་མཐར་འཛིན་གྱི་ལྟ་བུས་ཕྱོགས་པར་འགྱུར་བར་ཐལ་ལོ། །གང་ཟག་  
ཡུང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་མིན་པར་ཐལ། སེམས་རང་མཚན་གང་ཟག་ཏུ་  
ཁས་ལེན་པ་དང་ཡུང་པོ་རང་མཚན་དུ་ཁས་ལེན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། གང་  
སོགས་བཞི་ལ། དངོས་པོར་སྒྲུབ་པའི་རང་སྡེ་རྣམས་རྟག་ཆད་ཀྱི་མཐར་ལྷའི་  
གཞན་དབང་དུ་འགྱུར་བར་ཐལ། དངོས་པོ་རྣམས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་གྲུབ་པར་ཁས་  
སྐྱངས་པའི་ཕྱིར། བྱུང་བར་ཐལ། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དེ་ཕྱིས་ཡོད་ན་རྟག་  
པ་དང་མེད་ན་ཆད་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། གང་སོགས་བཞི་ལ།  
རང་བཞིན་མེད་པར་ཐལ། བྱ་བྱེད་འཐད་པར་རྟོགས་པའི་གང་ཟག་ཆོས་  
ཅན་མཐར་ལྷའི་དབང་དུ་མི་འགྱུར་བར་ཐལ། དངོས་པོ་ཡང་དག་པར་གྲུབ་པ་

ཡང་མིན་ལོག་པ་གཏན་མེད་ཀྱང་མིན་པར་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྩི་རྒྱ་  
བའི་གཟུགས་བརྒན་བཞིན་དུ་རང་བཞིན་མེད་པར་བྱ་བྱེད་འཐད་པར་རྟོགས་པའི་  
ཕྱིར།

ལམ་ལ་འཇུག་པའི་ཚུལ་ལ། གང་གིས་འཁོར་བར་འཇུག་པ་དང་ཕྱོག་  
པའི་རྒྱ། གང་འཁོར་བར་འཇུག་པ་དང་ཕྱོག་པའི་རྟེན་གྱི་གང་ཐག་གོ། །དང་པོ་  
ལ་མདོར་བསྟན། རྒྱས་བཤད་དོ། །དང་པོ་ལ་འཁོར་བར་འཇུག་ཚུལ། ཕྱོག་  
ཚུལ། ཕྱོག་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་གང་ལ་བརྟེན་ནས་ངོས་བཟུང་བའོ། །དང་པོ་ནི། དངོས་  
སོགས་བཞི་ལ། དངོས་པོ་བདེན་འཛིན་གྱི་སྒོ་དེ་འཁོར་བར་འཇུག་པའི་རྒྱ་ཡིན་  
ཏེ། དེ་ཡོད་ན་ཆགས་སྒྲུང་གི་རྒྱར་གྱུར་པའི་མཐར་འཛིན་གྱི་ལྷ་བ་ན་མ་སྤྲིན་  
དཀར་བ་དང་འདའ་བར་དཀར་བ་འབྱུང་ལ་ཆགས་སྒྲུང་ལ་བརྟེན་ནས་ཚོད་བ་  
འབྱུང་བའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། དེ་སོགས་བཞི་ལ། རང་བཞིན་མེད་པར་ཡོངས་  
སྤྱོད་ན་མཐར་ལྷ་དང་ཉོན་མོངས་མ་ལུས་པར་སྒྲོང་བར་འབྱུར་ཏེ། དངོས་པོ་  
བདེན་འཛིན་དེ་མཐར་འཛིན་གྱི་ལྷ་བ་ཀུན་གྱི་རྒྱ་དེ་མ་ལོག་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཉོན་  
མོངས་མཐའ་དག་ཕྱོག་པར་འབྱུར་བའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི། གང་སོགས་བཞི་  
ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་བརྟེན་ཅིང་དོན་མཐོང་བས་འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་བར་འབྱུར་  
ཏེ། གང་ཞིག་རྒྱུན་ལས་སྐྱེས་པ་དེ་མ་སྐྱེས། །དེ་ལ་སྐྱེ་བའི་རང་བཞིན་ཡོད་མ་  
ཡིན། །ཞེས་རྒྱུན་ལས་སྐྱེས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་སྐྱེས་པར་དེ་ཉིད་མཁྱེན་བ་  
མཆོག་གིས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

ཀྱིས་པར་བཤད་པ་ལ། ལོག་ཤིང་གི་སྒྲོ་ནས་འཇགས་ལྟོག་བྱེད་པའི་  
 ཚུལ། དམིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་འཇགས་ལྟོག་བྱེད་པའི་ཚུལ། བརྟེན་པར་བྱས་པའི་  
 བྱེད་པར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ། འཁོར་བར་འཇགས་ཚུལ་དང་། ལྟོག་ཚུལ་  
 ལོ། །དང་པོ་ནི། ལོག་སོགས་བཞི་ལ། གྱིས་པ་སོ་སོ་སྒྲེ་བོ་རྣམས་ཆོས་  
 ཅན། དངོས་པོ་བདེན་པར་འཛིན་པའི་དབང་གིས་འཁོར་བར་འཇགས་པར་འགྱུར་  
 ཏེ། དངོས་པོ་བདེན་པར་འཛིན་པའི་སྒྲོ་བས་གྱིས་དངོས་པོ་ལ་བདག་གི་བར་  
 འཛིན་ཆགས་སྒྲེ་ལ། འདོད་པ་དང་། ལྷ་བ་ལ་ཆགས་པ་ཡོད་ན། དེ་ལ་བརྟེན་  
 རས་ཚུད་པ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། སྒྲ་མའི་འབྲེས་ལ་སྦྱར་ན། སངས་རྒྱས་གྱིས་རྟེན་  
 ཅིང་འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་གསུངས་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 དངོས་པོ་ལ་བདེན་འཛིན་ལྟོག་ལ། དེ་ལོག་ན་འདོད་པ་དང་ལྷ་བ་ལ་ཆགས་པ་  
 དང་བཅས་པ་ལ་སོགས་མི་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། ཆེ་སོགས་བཞི་  
 ལ། བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་རྣམས་ཆོས་ཅན། རང་ཕྱོགས་རང་བཞིན་  
 གྱིས་གྲུབ་པ་སྒྲུབ་པའི་སྒྲོ་ནས་ཚུད་པ་མི་མཛད་དེ། རྟེན་འབྲེལ་རང་བཞིན་གྱིས་  
 སྒྲེ་འགག་མེད་པར་མཛད་སྟུང་དུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་གཉིས་ལ། གཞན་  
 ཕྱོགས་བཀག་པ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་དེ། རང་ཕྱོགས་བསྒྲུབ་པ་རང་  
 བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ལ། ལྟོག་ཚུལ་དང་། འཇགས་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། གང་  
 སོགས་བཞི་ལ། དེ་ཆོས་ཅན། ཉོན་མོངས་པའི་སྒྲུལ་གྱི་གཞན་དབང་དུ་མི་

འགྲུར་ཏེ། མཚན་འཛིན་གྱི་དམིགས་པའི་གནས་བདེན་བ་རྩུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པར་  
 མཛོན་སྐྱུལ་དུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་པར་ཐལ། ཡུལ་ཡིད་དུ་འོང་མི་འོང་གང་  
 ཡང་རུང་བ་དམིགས་པའི་བདེན་བ་རྟེན་ན། ཉོན་མོངས་པའི་སྐྱུལ་གྱི་གཞན་  
 དབང་དུ་འགྲུར་བའི་ཕྱིར། འགྲོ་འཁྱོག་སར་འཁྲིད་པས་གཡོ་བ་ཅན་ཞེས་སོ། །  
 གཉིས་པ་ནི། གང་སོགས་བཞི་ལ། ཡིད་དུ་འོང་མི་འོང་གང་ཡང་རུང་བའི་  
 དམིགས་པར་བདེན་པར་སྒྲོ་འདོགས་པ་དེ་དག་ལ་ཆགས་སོགས་ཉོན་མོངས་པ་  
 འབྱུང་བར་འགྲུར་ཏེ། ཆགས་སྐྱང་མཛོན་འགྲུར་བ་མེད་པའི་བར་ལ་ཆོར་བ་  
 བཏང་སྒྲོམས་ལ་གནས་པའི་སྐབས་དེ་ཡང་ཉོན་མོངས་པ་མ་རིག་པའི་གཞན་  
 དབང་དུ་གྲུར་བའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་ལ། བདེན་འཛིན་གྱིས་བཅིངས་པ་ལ་བརྟེན་བར་བྱ་བར་བསྐྱེད།  
 འཕགས་པ་རྣམས་དེ་ལས་ལོག་པར་བསྐྱེད་པའོ། །དང་པོ་ནི། གྱིས་སོགས་བཞི་  
 ལ། གྱིས་པ་སོ་སོ་སྒྲུ་བོ་ཆོས་ཅན། དངོས་སུ་ཡུལ་གྱི་གཟེབ་ལ་ཐོགས་ནས་  
 འཁོར་བར་འགྲུར་ཏེ། ཉོན་མོངས་པ་ཅན་མ་རིག་པའི་དབང་གིས་དངོས་སོ་  
 བདེན་པར་འཛིན་པའི་ཕྱིར། དབར་ན་བདུ་ལ་མ་བྱང་བའི་གྱིས་པ་བྱད་བཞིན་གྱི་  
 གཟུགས་ལ་བྱད་བཞིན་དུ་འཛིན་པ་བཞིན་ནོ། །གཉིས་པ་ནི། བདག་སོགས་བཞི་  
 ལ། བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་རྣམས་ཆོས་ཅན། དངོས་སོ་བདེན་པར་  
 འཛིན་པའི་དབང་གིས་འཁོར་བའི་འདས་ལ་ཆགས་པར་མི་འགྲུར་ཏེ། དངོས་སོ་  
 ཐམས་ཅད་གཟུགས་བརྒྱན་ལྷ་བྱར་རང་བཞིན་མེད་པར་མཛོན་སྐྱུལ་དུ་རྟོགས་པའི་

ཕྱིར།

གང་འཁོར་བར་འབྱུག་པ་དང་། ལྷོག་པ་བོའི་རྟེན་ངོས་བཟུང་བ་ནི།  
 གྲིས་སོགས་བརྒྱད་ལ། གྲིས་པ་སོ་སོ་སྐྱོ་བོ་རྣམས་ཆོས་ཅན། འཁོར་བར་འབྱུག་  
 པའི་རྟེན་ཡིན་ཏེ། འདོད་ཁམས་ཀྱི་གྲིས་པ་རྣམས་འདོད་ཡོན་ལྡན་བསྐྱུས་པའི་  
 གཟུགས་ལ་ཆགས་པ་སྐྱེ་ལ། རང་བཞིན་མེད་པ་མ་རྟོགས་འདོད་པ་ལས་ཆགས་  
 པ་དང་བྲལ་བའི་བར་ཁམས་གོང་གི་གྲིས་པ་རྣམས་ཆོར་བ་བཏང་སྟོངས་ལ་  
 ཆགས་པ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར། དེ་ནས་རྒྱང་བ་གཉིས་ལ། བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་འཕགས་  
 པ་རྣམས་ཆོས་ཅན། འཁོར་བ་ལས་ལྷོག་པའི་རྟེན་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་ཀྱི་རང་  
 བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། དེ་ནས་གཅིག་ལ་འདོད་པའི་  
 གྲིས་པ་རྣམས་འདོད་ཡོན་ལྡན་བསྐྱུས་པའི་གཟུགས་ལ་ཆགས་པ་སྐྱེ་སྟེ། ལུལ་  
 དེ་དག་སྐྱུག་པར་བདེན་པར་སྟོང་འདོགས་པའི་ཕྱིར། དེ་ནས་གཅིག་ལ། ཁམས་  
 གོང་གི་གྲིས་པ་རྣམས་ཆོས་ཅན། དེ་དག་ལ་ཆགས་པ་མི་སྐྱེ་སྟེ། དེ་ལ་མི་སྐྱུག་  
 བར་སྟོམ་པའི་སྟོངས་དེ་ལ་ཆགས་པ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར། ཐ་མ་གཉིས་ལ།  
 འཕགས་པ་རྣམས་ཆོས་ཅན། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྐྱུ་མ་དང་འབྲ་བར་མཐོང་  
 ནས་སྐྱ་ངན་ལས་འདའ་བར་འགྱུར་ཏེ། གཟུགས་ཀྱི་རང་བཞིན་སྟོང་ཉིད་མངོན་  
 སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར།

དོན་བསྐྱུ་བ་ནི། གཞི་མཐའ་བྲལ་དུ་རྟོགས་པས་གྲོལ་བར་བསྐྱེད།  
 དགག་བྱ་མ་དམིགས་པས་གྲོལ་བར་བསྐྱེད། དགག་པ་དམིགས་པས་གྲོལ་བར་

བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། ལོག་སོགས་བཞི་ལ། རང་བཞིན་མེད་པ་རྟེན་འབྱུང་  
གི་སྒྲི་དོན་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་དེ་དག་ཆོས་ཅན། ལོག་ཤེས་ཀྱིས་གསུང་བའི་  
ཉོན་མོངས་པའི་རྒྱུ་དུ་གཞན་དུ་མི་འབྱུང་ཏེ། དངོས་པོ་དངོས་མེད་རང་བཞིན་  
མེད་པ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། གཞན་སོགས་བཞི་ལ།  
བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་རྣམས་ཆོས་ཅན། འདོད་ཡོན་ལ་ཆགས་པ་དང་དེ་  
ལ་ཆགས་པ་དང་བྲལ་ནས་ཁམས་གོང་མ་ལ་ཆགས་པར་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ།  
གནས་སམ་རྟེན་རང་བཞིན་མེད་པར་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། བྱུང་བར་  
ཐལ། གནས་སམ་རྟེན་བདེན་པར་འཛིན་པ་ཡོད་ན། ཁ་ཅིག་འདོད་ཡོན་ལ་  
ཆགས་པ་དང་། ཁ་ཅིག་དེ་ལ་ཆགས་པ་དང་བྲལ་ནས་ཁམས་གོང་གི་འདོད་ཡོན་  
དང་རྟེན་ལ་ཆགས་པ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་རོ། །གསུམ་པ་ནི། གང་སོགས་བཞི་ལ། དེ་  
ཆོས་ཅན། ཉོན་མོངས་སྤྱུལ་གྱིས་དཀྱུགས་པའི་སྲིད་པའི་རྒྱ་མཆོ་ལས་བཞུལ་  
བར་འབྱུང་ཏེ། རང་བཞིན་མེད་དོ་སྟོན་པའི་གཡོ་བའི་ཡིད་རྟོག་པ་དེ་གཡོ་བ་  
མེད་པར་རང་བཞིན་མེད་པ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་བརྩམས་པའི་དགེ་བ་བྱང་ཆུབ་དུ་བསྐྱོ་བ་ནི། དགེ་བ་སོགས་  
བཞི་ལ་ཐོབ་པར་ཤོག། གང་ན་རང་བཞིན་མེད་པའི་དོན་ལ་རྩལ་རྩལ་བཞག་དང་  
མར་ལ་མར་བཞག་གི་རྩལ་དུ་སྦྲར་མི་ཡུང་བའི་རྩལ་གྱིས་བཞུགས་པ་ཆོས་སྐྱེ་  
དང་། དེའི་དབང་གིས་འགྲོ་དོན་མཛད་པ་གཟུགས་སྐྱེ་གཉིས་སོ། །དེ་གཉིས་ཀྱི་  
རྒྱ་ཅི་འདྲ་བཞིག་ཡོད་ན། བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་འོ། །དགེ་བ་

གང་ལ་བརྟེན་ནས་ན། རིགས་པ་རྒྱལ་ཕྱི་ཐོན་གྱིས་པའི་ལོ། ཆེད་དུ་བྱ་བ་གང་  
གི་དོན་དུ་ན། སྐྱེ་བོ་ཀུན་གྱི་ལོ། །འདིར་འབད་པའི་དགེ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོ་  
རབས་ཀུན་ཏུ་དམ་པའི་ཆོས་ཟབ་མོ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་ཟབ་མོ་ཁོང་དུ་ཆུད་པ་  
དང་། དོན་དེ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་དང་མི་འབྲེལ་བར་ཤོག། །འདི་ནི་རྗེ་ཐམས་ཅད་  
མཁྱེན་པས་གསུངས་པ་ཀུན་མཁྱེན་དར་མ་རིན་ཆེན་གྱིས་ཐོན་གྱིས་སུ་བཏབ་  
པའོ། ། །མཛུ་ལོ།





# ༡༡། །རྒྱལ་ཚབ་ཚས་རྗེས་རྗེའི་དྲུང་དུ་གསན་པའི་ ཤེས་རབ་ལེའུའི་ཟིན་གྱིས་བཞུགས་སོ།།

ཨ་རྗེ་ཚོང་ཁ་བ་སློབ་ཐང་གྲགས་པ། ༡༣༥༧-༡༣༧༩

༡༡། །རྗེ་བཙུན་སྒྲ་མ་དམ་པ་རྣམས་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ། །མང་ཐོས་རྒྱ་  
མཆོའི་ཕ་རོལ་སོན་པ་ཡིས། །རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ཡོངས་སུ་རྗོགས་པའི་  
གནད། །རྗེ་བཞིན་གཟིགས་ནས་བཙེབས་སྟོན་མཛད་པ། །རྗེ་བཙུན་སྒྲ་མ་དེ་ལ་  
སྤྱི་པོས་འདུད། །བསྟན་པའི་སྟིང་པོ་མཐའ་བྲལ་དཔུ་མའི་དོན། །ལྷ་སྐྱབ་  
བཞེད་གཞུང་རྗེ་བཞིན་འགྲེལ་མཛད་པ། །ཞི་བ་ལྷ་དང་སྟོབ་དཔོན་སངས་རྒྱས་  
བསྐྱེད་སྤྱོད། །དཔལ་ལྷན་རྒྱ་བ་གྲགས་པའི་ཞབས་ལ་འདུད། །རྒྱལ་སྤྱི་སྟོན་  
པའི་གཙོ་བོ་ཤེས་ལྷན་དོན། །ཕྱོགས་འདིར་མཁས་མང་དུ་མས་རྣམ་སྤྱེ་མོད། །དེ་  
དག་རྣམས་ལས་ཆེས་ཆེར་འབགས་པའི་སྟོལ། །རྗེ་བཙུན་སྒྲ་མའི་དྲིན་ལས་  
འདིར་ལགད་བྱ།

དེ་ལ་འདིར། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་སྟོན་པ་ལ་འཇུག་པ་ལས། དང་  
པོར་དལ་འབྱོར་དོན་ཆེ་བ་དང་། རྟེན་པར་དཀའ་བ་བསམས་ནས་དལ་འབྱོར་གྱི་  
རྟེན་ལ་སྟིང་པོ་ལེན་འདོད་སྟེས་པ་ན་སྟིང་པོ་ལེན་པའི་མཆོག་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོར་  
འཇུག་པ་ཡིན་ལ། དེའི་ཡན་ལག་ཏུ་སྟེས་བྱ་རྒྱུང་འབྲིང་གི་བསམ་པ་སྐྱེད་པ་སྟོན་  
དུ་བཏང་ནས་སྟོན་པ་བྱང་རྒྱལ་གྱི་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྟེད། དེའི་རྗེས་སུ་འཇུག་

སེམས་ལེན་པའི་ཚོགས་སྒྲིམ་པ་བཟུང་སྟེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྦྱོང་པ་ལ་སྦྱོབ་  
 ཚུལ་རྒྱས་པར་སྟོན་པ་ལས། ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་སྒྲིན་པ་ལ་སྦྱོབ་པ་ལེན་  
 འདིས་སྟོན་པ་ཡིན་ནོ།

དེ་ལ་གསུམ་སྟེ། ཐར་པ་ཐོབ་པར་འདོད་པས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་  
 ཤེས་རབ་བསྐྱེད་དགོས་པར་བསྟན་པ་དང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཇི་  
 ལྟར་བསྐྱེད་པའི་ཐབས་དང་། དེས་ན་དེ་བསྐྱེད་པ་ལ་འབད་པར་གདམས་པའོ།  
 དང་པོ་ནི། རང་གཞན་གྱི་འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྐུལ་དག་ཉི་ལྔ་ཞི་བར་ཞི་བར་འདོད་པས་  
 དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་པར་བྱ་སྟེ། སྤར་གོང་དུ་བཤད་པའི་སྒྲིན་  
 པ་ལ་སོགས་པའི་ཡན་ལག་སྟེ་རྒྱ་ཚོགས་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི་སྐབ་པ་སངས་  
 རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་བསྐྱེད་པའི་དོན་དུ་  
 གསུངས་པ་དེའི་བྱིར་ནའོ། །གཞན་རྒྱུད་ཀྱི་སྐྱག་བསྐུལ་མཐའ་དག་ཞི་བར་བྱེད་  
 པ་ལ་བླ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་དགོས་པས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་དགོས་  
 གྱུར། རང་རྒྱུད་ཀྱི་སྐྱག་བསྐུལ་ཞི་བ་ལ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་ཅི་དགོས་སྟུང་ན།  
 མགོན་པོ་སྐུ་སྐྱབ་ཀྱིས། ཇི་སྲིད་ཕུང་པོར་འཛིན་ཡོད་པ། །དེ་སྲིད་དེ་ལ་རར་  
 འཛིན་ཡོད། །ཅེས་ཕུང་པོ་ལ་བདེན་འཛིན་ཡོད་པ་དེ་སྲིད་དུ་ང་དང་ང་ཡི་བ་རང་  
 གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པར་འཛིན་པའི་འཛིག་ལྷ་མི་ལྟོག་པར་གསུངས་པས།  
 ཉན་རང་དགྲ་བཅོམ་པས་འཛིག་ལྷ་ཟད་པར་མ་སྤངས་པ་སུའང་མི་འདོད་ཅིང་དེ་  
 ལ་ཕུང་པོ་བདེན་འཛིན་ཟད་དགོས་པས་ཉན་རང་འཕགས་པས་ཀྱང་ཕུང་པོ་བདེན་

མེད་དུ་རྟོགས་པར་བཞེད་པ་ལྟར་སྟོབ་དཔོན་འདིས་ཀྱང་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐུལ་  
 ཞི་བ་ལའང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་དགོས་པར་བཞེད་དེ། འོག་དུའང་འཆད་པར་  
 འགྱུར་རོ། །འདི་དག་གི་རྣམ་གཞག་རྒྱས་པར་ཤེས་པར་འདོད་ན། ལྟ་དང་  
 བཅས་པའི་འཇིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྲེན་པ་རྩེ་རིན་པོ་ཆེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་  
 སྟོབ་བཟང་གྲགས་པ་དབལ་བཟང་པོའི་ཞལ་སྤྱ་རྣམས་མཛད་པའི་དབུ་མ་ལ་འཇུག་  
 པའི་རྣམ་མཁའ་ཆེན་མོ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ། །གཞུང་འདིས་ཉན་རང་ལ་ཆོས་ཀྱི་  
 བདག་མེད་རྟོགས་པ་མེད་པར་བསྟན་པ། འདིའི་རྣམ་མཁའ་བྱེད་པ་དུ་མས་  
 འཆད་པ་ནི་གཞུང་གི་དོན་བྱིན་ཅི་ལོག་ཡིན་པར་གསལ་བར་རྟོགས་ཏེ་འཆད་པར་  
 འགྱུར་རོ། །

ཡན་ལག་འདི་དག་ཅེས་པ་ལེའུ་བརྒྱད་པ་ནས་མཁའ་པའི་ཞི་གནས་ཙམ་  
 ལ་འཆད་པ་དང་། སྤྱིན་སོགས་པར་བྱིན་ལྷག་མ་ཐམས་ཅད་ལ་འཆད་པའི་  
 ལུགས་གཉིས་ལས། ལེའུ་སྤྱ་བྱི་གཉིས་ཙམ་གྱི་འབྲེལ་ལ་སྦྱར་ན་སྤྱ་མའང་རུང་  
 མོད་ཀྱང་འདིར་བྱི་མ་ལྟར་མཁའ་ན་ལེགས་སོ། །སྤྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡན་  
 ལག་ཤེས་རབ་ཀྱི་དོན་དུ་གསུངས་ཞེས་པ་ལ་དོགས་པ་འདི་ལྟར་དབྱེད་དེ། དེ་ཁོ་  
 ན་ཉིད་ཐོས་བསམ་གྱིས་རྟོགས་པ་ལ་སྤྱིན་པ་སོགས་སྟོན་དུ་འགོ་དགོས་པ་མིན་  
 ཏེ། སྦྱར་སྟངས་ཉིད་རྟོགས་པ་ལ་ཆོགས་བསགས་དགོས་ཀྱང་འདིར་མཁའ་པ་འབྲ་  
 བའི་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་པ་སྟོན་དུ་འགོ་མི་དགོས་ཏེ། སྟོབ་དཔོན་ཞི་བ་  
 འཆོས་སྟངས་ཉིད་ཐོས་བསམ་གྱིས་གཏན་ལ་འབབས་ཚུལ་གཉིས་མཁའ་པ་བཞིན་

ནོ། །སྤྱོད་ཉིད་ལ་ཡིད་འགྱུར་བའི་སྤྱོད་བསྐྱེ་བ་ལ་དེ་དག་སྤོན་དུ་འགྲོ་དགོས་  
 བའང་མིན་ཏེ། དེ་ལྷ་ན་མི་རྟོག་པ་རྟོགས་པ་ལྷ་བུའི་ཉམས་སྤྱོད་ལའང་དེ་དག་  
 སྤོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པར་མཚུངས་སོ། །སྤྱོད་ཉིད་རྟོགས་པའི་སྤོན་བྱུང་གི་ལྷག་  
 མཐོང་སྐྱེ་བ་ལ་དེ་དག་སྤོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པའང་མིན་ཏེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའི་སྤྱོད་པ་དེ་དག་སྤོན་དུ་མ་སོང་ཡང་ཉན་རང་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་  
 ཆུལ་སྤར་བཤད་པ་བཞིན་ནོ། །སྤྱོད་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཆོས་སྐྱུའི་  
 ཉེར་ལེན་བྱེད་ཅིང་སྦྱོན་སོགས་ཐབས་རྣམས་ཀྱིས་དེའི་ལྷན་ཅིག་བྱེད་ཀྱིན་བྱེད་  
 པས་ཤེས་རབ་ཀྱིས་འབྲས་བུ་དེ་ཐོབ་པ་ལ། སྦྱོན་སོགས་རྣམས་ཀྱིས་འཕེན་བས་  
 དེ་དག་ཤེས་རབ་ཀྱི་དོན་དུ་གསུངས་སོ་ཞེན། དེ་ལྷ་ན་ཤེས་རབ་དེ་དག་གི་དོན་དུ་  
 གསུངས་ཞེས་གོ་ལྷོག་ནའང་མཚུངས་སོ། །དེས་ན་སྤྱོད་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་  
 རབ་མེད་ན། སྦྱོབ་གཉིས་གང་གིའང་ས་བོན་ཟད་པར་བྱེད་མི་རུས་ལ། ཉེན་སྦྱོབ་  
 ཀྱིས་བོན་ཟད་པ་ཅུ་ལ་ཆོགས་མཐའ་ཡས་པས་བརྒྱན་པ་མི་དགོས་ཀྱང་། ཤེས་  
 སྦྱོབ་ཀྱིས་བོན་ཟད་པ་ལ་དགོས་ཤིང་འདིར་ཡང་གཙོ་བོ་ཤེས་སྦྱོབ་ཟད་པའི་དོན་  
 དུ་ཡིན་པས། ཡན་ལག་འདི་དག་ཤེས་རབ་དོན་དུ་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །བདེན་  
 འཛིན་ཉེན་སྦྱོབ་ཏུ་བྱེད་པ་སྦོབ་དཔོན་གྱི་སྦྱོབ་པ་ཡིན་ཅིང་སྦོབ་དཔོན་  
 འདིའང་དེ་ལྷར་དུ་མཛད་དོ། །ཆོས་ཡང་དག་པར་སྤྱད་པའི་མདོ་ལས། སེམས་  
 མཉམ་པར་བཞག་ན་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྷ་བ་བཞིན་དུ་རབ་ཏུ་ཤེས་སོ། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་དང་། བསྐྱེ་བ་རུས་ལས་ཀྱང་། མཉམ་གཞག་ཡང་དག་ཇི་བཞིན་

དུ། ཤེས་བར་འགྱུར་ཞེས་སྐབ་པས་གསུངས། ཞེས་གསུངས་པའི་མཉམ་གཞག་ཞི་གནས་དང་། ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཤེས་བ་ལྟ་ག་མཐོང་ཡིན་པས་ལེན་བརྒྱད་པ་ནས་བཤད་པའི་བསམ་གཏན་གྱི་པར་བྱིན་འདིར་བསྟན་པའི་ཤེས་བྱིན་གྱི་རྒྱུའི་ཡན་ལག་ཏུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ།

གཉིས་པ་ལ། བདེན་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དང་། ཐར་པ་ཙམ་ཐོབ་པར་འདོད་པས་ཀྱང་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་དགོས་པར་སྒྲུབ་པ་དང་། སྟོང་ཉིད་སྒྲུབ་པའི་རིགས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་བའོ། །དང་པོ་ལ། དངོས་དང་། སྟོང་པ་ཉིད་ལ་དགོས་རྒྱས་མེད་པའི་རྩོད་པ་སྤང་བའོ། །དང་པོ་ལ། བདེན་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་། མཚན་ཉིད་དང་། དེ་གཏན་ལ་འབབས་པའི་གང་ཟག་ངོས་བཟུང་བའོ། །དང་པོ་ནི། བསྐྱེད་བཏུས་སུ། ཡབ་སྐུས་མཇུག་པའི་མདོ་དངས་པ་ལས། འདི་ལྟར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པ་གཉིས་སྐྱགས་སུ་ཆུད་དེ། ཤེས་བར་བྱ་བ་ཡང་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་འདིར་ཟད་དེ། དེའང་བཙམ་ལྟར་འདས་ཀྱིས་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་རབ་ཏུ་གཟིགས་རབ་ཏུ་མཁྱེན། ལེགས་པར་མདོན་དུ་བྱས་པས་དེའི་བྱིར་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཞེས་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་ཏེ། ཤེས་བར་བྱ་བ་ཡང་ཞེས་པས་ཤེས་བྱ་དབྱེ་གཞི་དང་། འདིར་ཟད་དོ་ཞེས་པས་བདེན་གཉིས་སུ་གངས་ངོས་པ་དང་། བདེན་པ་གཉིས་ཀ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་སྐྱགས་སུ་ཆུད་པའི་བྱིར་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པར་བསྟན་ནོ།

དེས་ན་དོན་དམ་བདེན་པ་ཤེས་བྱ་མ་ཡིན་པ་དང་། སྟོང་གིས་ཀྱང་མ་

རྟོགས་པ་སྤྱོད་འཇུག་གི་དགོངས་པར་འཆད་པ་ནི། ལོག་པར་འཆད་པ་ལོ། ཀྱུན་  
 རྫོབ་གྱི་བདེན་པ་དང་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་གཉིས་སུ་འབྱེད་པ་ནི་དབྱེ་བའི་ངོ་  
 བོལ། བྱེ་བའི་དོན་ལའང་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཞིག་འདུག་ཀྱང་། འདིར་ནི་གཉིས་ཀ་  
 ལ་ངོ་བོ་ཡོད་ལ། དེ་ལ་ངོ་བོ་གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་ཡང་མིན་པ་མི་སྲིད་པའི་  
 ཕྱིར་དང་། ཚས་ཅན་རྣམས་བདེན་སྟོང་ལས་ངོ་བོ་ཐ་དད་ན་བདེན་གྲུབ་ཏུ་འགྱུར་  
 བ་སོགས་མདོ་དགོངས་འབྲེལ་ལས་བཤད་པའི་གཞོན་པ་དེ་དག་འཇུག་ལ། ཐ་  
 མི་དད་ཡིན་ནའང་དེ་ནས་བཤད་པའི་གཞོན་པར་འགྱུར་བས་བྱས་མི་རྟག་ལྟར་ངོ་  
 བོ་གཅིག་ལ་ལྷོག་པ་ཐ་དད་དོ། དེས་ན་ཤེས་པར་བྱ་བ་འདི་ནི་དབྱེ་གཞི། དབྱེ་ན་  
 བདེན་པ་གཉིས་སུ་ཡོད་ཅིང་དེར་གྲངས་ངེས་པར་འདོད་དོ། དབྱེ་བའི་ངོ་བོ་ནི་  
 ཐ་སྟོང་པའི་ཆོད་མས་རྗེད་པའི་དོན་ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་དང་ནི་དོན་དམ་པའི་ཆོད་  
 མས་རྗེད་པའི་དོན་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་སྟེ་གཉིས་སོ།

གཉིས་པ་ནི། གཞན་གྱི་ལུགས་དགག་པ་དང་། རང་གི་ལུགས་བཞག་  
 པ་གཉིས་གྱིས་ཤེས་པར་བྱལོ། །དང་བོ་ནི། ཁ་ཅིག་རྒྱང་པ་དང་བོ་དམ་བཅའ་  
 དང་། བྱི་མ་རྟགས་སུ་བྱེད་པ་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མི་རིགས་ཏེ། དོན་གང་  
 ཞིག་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པས་དྲི་མ་ཟད་པར་བྱེད་པའི་ཤེས་བྱ་ཞིག་ཁས་མི་ལེན་  
 ན་དྲི་མ་ཟད་པ་མི་སྲིད་པས་སངས་རྒྱུས་དང་སེམས་ཅན་གང་ཡང་བཞག་ཏུ་མེད་  
 པའི་སྐྱར་འདེབས་འབའ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་ལ། ཁས་ལེན་ན་དོན་དམ་བདེན་པ་ཡུལ་  
 དང་། དེ་རྟོགས་པའི་སྒོ་མི་འདོད་པ་འགལ། ཀྱན་རྫོབ་ཡིན་ན། དོན་དམ་མི་

འཇལ་བས་བྱུང་བར་འདོད་ན། དོན་དམ་བདེན་པ་རང་ཉིད་གྱིས་རང་ཉིད་འཇལ་  
བ་མི་སྲིད་པས་འཇལ་བྱེད་མེད་པའི་སྲིད་གཏན་མེད་དུ་འགྱུར་ལ། དེ་མེད་ན་  
བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བྱས་པ་ལ་དགོས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད། གཞན་ཡང་ཀུན་  
རྫོབ་བདེན་པས་སྣང་བ་ཡིན་ན། བདེན་སྣང་ཉིད་དོན་དམ་བདེན་པར་ཁས་སྐྱངས་  
པ་ལ་གནོད་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་ལ་དེ་མིན་ན་ཀུན་རྫོབ་བདེན་གྱིས་ཏེ།  
ཅོད་སྒྲོག་ལས། རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་སྒྲོག་ན། །རང་བཞིན་ཉིད་དུ་རབ་གྱུབ་  
འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པས་སོ།

གཉིས་པ་ནི། ཀྱང་བ་དང་པོས། དོན་དམ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད་དང་།  
གཉིས་པས་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད་སྟོན་པ་ཡིན་ལ། སྟོ་སྟེ་གཉིས་སྐྱང་  
ཅན་གྱི་སྟོ་ཡིན་གྱི་སྟོ་ཙམ་མིན་ལ་དེའང་འཇལ་ཚུལ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་  
ནོ། །དེས་ན་འདི་ལྟར་སྐྱར་ཏེ། གང་ཟག་དང་སྐྱང་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་དབེན་པ་  
མཚན་གཞི། དོན་དམ་བདེན་པར་མཚོན། རང་ཉིད་དངོས་སུ་རྟོགས་པའི་སྟོ་  
མངོན་སུམ་ཆད་མ་དེ་ལ་རང་ཉིད་གཉིས་སུ་སྐྱང་བའི་སྟོ་ནས་དེའི་སྟོད་ཡུལ་དུ་  
འགྱུར་བ་མིན་པ་གང་ཞིག་རང་འཇལ་བའི་མངོན་སུམ་ཆད་མ་དེས་ཤེས་པར་བྱ་  
བ་ཡིན་པའོ། །འདི་ནི་འདུག་པ་ལས། རབ་རིབ་མཐུ་ཡིས་སྐྱེ་ཤད་ལ་སོགས་  
པའི། །ངོ་བོ་ལོག་པ་གང་ཞིག་རྣམ་བཏགས་པ། །དེ་ཉིད་བདག་ཉིད་གང་དུ་མིག་  
དག་པས། །མཐོང་དེ་དེ་ཉིད་དེ་བཞིན་འདིར་ཤེས་གྱིས། །ཞེས་བཤད་པ་དང་  
དོན་འདྲ་བ་ཡིན་ནོ། །གང་ཟག་དང་སྐྱང་པོ་མཚན་གཞི། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་





ཅིག་ཆ་མེད་དང་དངོས་པོ་ཙམ་བདེན་པར་འདོད་པ་ལ་ནི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཡང་ཡིན་  
 ལ་འཛིག་རྟེན་པ་ཡང་ཡིན་པས་རྣལ་འབྱོར་འཛིག་རྟེན་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་  
 བའི་གང་ཟག་དེས་དངོས་པོར་སྒྲུབ་གྲུབ་མཐའ་འོག་མ་རྣམས་ལ་གཞོད་ཅིང་ནི་  
 ལྷག་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་རྣལ་འབྱོར་པ་འང་གོང་མ་གོང་མ་རྣམས་ཀྱིས་འོག་མ་འོག་མ་  
 རྣམས་ལ་གཞོད་དེ། དབུ་མ་པས་སེམས་ཙམ་པ་ཤེས་པ་བདེན་པར་འདོད་པ་  
 རིགས་པས་ཁེགས་ལ། དེས་མདོ་སྡེ་པ་རྒྱལ་ཕྱན་ཆ་མེད་ཁས་ལེན་པ་རིགས་  
 པས་ཁེགས་བའོ། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ནང་པན་ཚུན་གཅིག་གིས་  
 གཅིག་ལ་མི་གཞོད་དམ་སྟུམ་ན། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་འང་སྟོང་  
 གྲུང་པར་གྱིས་ས་གཉིས་པ་ལ་སོགས་པ་གོང་མ་གོང་མ་ལ་གནས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
 ས་དང་པོ་བ་ལ་སོགས་པ་ས་འོག་མ་ལ་གནས་པ་རྣམས་ལ་གཞོད་པ་སྟེ་ཟླེ་  
 གྱིས་གཞོན་པ་ཡིན་ནོ། རྒྱུད་གཅིག་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན། སྟོང་ལེལ་བའི་གྲུང་  
 པར་གྱིས་ས་འོག་མར་སྟོམ་སྒྲུང་གི་ས་པོན་ལ་གཞོད་མི་རྒྱས་པས་གོང་མར་གཞོད་  
 པ་སོགས་ཀྱང་དོན་གྱིས་འཕངས་པར་ཤེས་པར་བྱའོ།

གཞུང་འདི་དག་བཞོད་པའི་དགོས་པ་ནི། སྟོང་ལ་ཀུན་རྫོབ་རྟོགས་པའི་སྟོང་  
 དང་། དོན་དམ་རྟོགས་པའི་སྟོང་གཉིས་སུ་ངེས་པར་བྱས་ནས། ཀུན་རྫོབ་རྟོགས་  
 པའི་ཆད་མས་ཀྱང་དོན་དམ་རྟོགས་པའི་སྟོང་ལ་མི་གཞོད་ན། རྒྱལ་ཕྱན་ཆ་མེད་དུ་  
 ཞེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་གཞོད་པ་ལྟ་ཅི་སྟོས། དོན་དམ་རྟོགས་པའི་སྟོང་མཐར་འཛིན་  
 ཐམས་ཅད་ལ་གཞོད་པར་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཆེད་ཡིན་ནོ།

གཉིས་པ་ལ། དངོས་དང་། དེ་ལ་གཞོན་པ་སྤང་བའོ། །དང་པོ་ནི།  
 བལ་བའི་གྲུབ་མཐའ་ལ་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་པའི་རྣལ་  
 འབྱོར་པའི་རིགས་པས་གཞོན་པ་མི་འཐད་དེ། རང་བཞིན་མེད་པའི་སྐྱབ་བྱེད་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། རང་བཞིན་མེད་ན་འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་དོན་དུ་སྦྱིན་  
 སོགས་ལ་སློབ་པ་དོན་མེད་པར་འགྱུར་རེ་ཞིན། རང་བཞིན་མེད་པའི་སྐྱབ་བྱེད་  
 མེད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དབུ་མ་བ་དང་དངོས་པོར་སྐྱབ་གཉིས་ཀ་ལ་འང་ནི་  
 བརྟན་པར་གྲགས་ཤིང་འདོད་པའི་མི་ལས་དང་སྐྱུ་མ་ལ་སོགས་པའི་དཔེས་ཏེ་དེ་  
 ལ་བརྟན་ནས་རང་བཞིན་མེད་པར་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། རང་བཞིན་མེད་ན་སྦྱིན་  
 སོགས་ལ་སློབ་པ་དོན་མེད་དུ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ལ་  
 སོགས་པའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པའི་དོན་དུ་སྦྱིན་སོགས་བདེན་པར་མ་གྲུབ་ཀྱང་མ་  
 བརྟགས་མ་དབྱེད་བ་བརྟན་བ་སྐྱུ་མ་ལྷ་བུར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་ནས་  
 འཇུག་པའི་ཕྱིར། རང་བཞིན་མེད་རྟོགས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་མ་ཟིན་ན་ཕར་ཕྱིན་  
 ལྷག་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཕར་ཕྱིན་གྱི་མིང་མི་འཐོབ་ཅིང་། དེའི་དཔེགས་བུ་དང་  
 བཅས་པས་རྣམ་མཁུན་གྱི་གྲོང་ཁྱེར་དུ་བགྲོད་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །བཙོ་སྟོག་ལ་  
 སོགས་པའི་དོན་བྱེད་རྣམས་པའི་མེ་ལ་སོགས་པ་མངོན་སུམ་གྱིས་གྲུབ་པ་འདི་ཁྱེད་  
 ཀྱང་ཁས་ལེན་ན་ཁོ་བོ་ཅག་འདི་ལ་བདེན་པར་གྲུབ་པ་ཞེས་ཟེར་བ་ཡིན་པས། ལུ་  
 བུ་ཅག་ཅོད་དོན་མེད་ལ། འདི་ཁས་མི་ལེན་ན། མངོན་སུམ་དང་འགལ་བ་  
 སོགས་ཀྱི་གཞོན་པ་དུ་མར་འགྱུར་རེ་ཞིན། འདི་དག་ནི་དངོས་པོར་རང་བཞིན་

གྱིས་མེད་ན་ཡེ་མེད་དུ་འགྱུར་ཞིང་། ཡོད་ན་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དགོས་སྐྱེས་པ་  
བདེན་གཉིས་འགལ་བར་འཛིན་པའི་ཚུད་པའོ། །དབུ་མ་པ་དང་། དངོས་པོར་སྐྱེ་  
བའི་འཇིག་རྟེན་པ་ཡིས་མེ་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོ་གཉིས་ཀས་ཆོད་མས་མཐོང་  
ཞིང་ཁས་ལེན་པ་ཡིན་ཡང་དངོས་པོར་སྐྱེ་བས་ཡང་དག་པར་བྱུབ་པ་ཉིད་དུ་རྟོག་  
ཅིང་ཁས་ལེན་པར་བྱེད་ཀྱི་བདེན་སྟོང་སྐྱེ་མ་ལྟ་བུར་ཁོང་དུ་ཆུད་པ་མིན་ལ། དབུ་  
མ་པས་ཁོང་དུ་ཆུད་པས་འདིར་ཡང་ནལ་འབྱོར་པ་དབུ་མ་པ་དང་འཇིག་རྟེན་  
དངོས་པོར་སྐྱེ་བ་ཚུད་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་འཇིག་རྟེན་པ་སྐྱེ་མ་དངོས་སྐྱེ་བ་འབའ་  
ཞིག་ལ་སྐྱར་རོ།

གཉིས་པ་ལ། མདོ་སྡེ་པ་ལ་སོགས་པའི་དངོས་སྐྱེ་བ་སྦྱིར་དགག་པ་  
དང་། སེམས་ཅམ་པའི་འདོད་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་དགག་པ་དང་། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་  
པའི་ལམ་དབུ་མ་ལ་དགོས་རྒྱས་མེད་པར་ཐལ་བ་སྤང་བའོ། །དང་པོ་ལ། མངོན་  
སྤྱུ་གྱིས་གཞོད་པ་དགག་པ་དང་། ལུང་གིས་གཞོད་པ་དགག་པའོ། །དང་པོ་  
ནི། རང་བཞིན་གྱིས་མ་བྱུབ་ན། གཟུགས་སོགས་ཡུལ་ལྟ་མངོན་སྤྱུ་གྱིས་  
མཐོང་བ་དང་འགལ་ལོ་ཞིན། མི་འགལ་ཏེ། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་མངོན་སྤྱུ་  
ཆོད་མས་བྱུབ་པ་ཉིད་ཀྱང་ནི་གཟུགས་པས་བྱུབ་པའི་ཀྱན་རྫོབ་པ་ཅམ་ལ་ཆོད་མར་  
སོང་བ་ཡིན་གྱི། གཟུགས་སོགས་ཀྱི་དེ་ཁོན་ཉིད་ཆོད་མ་དེས་བྱུབ་པ་དང་། དེ་  
ལ་ཆོད་མར་སོང་བ་མིན་ཏེ། དེ་ལྟ་ན་སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དེ་ཁོན་ཉིད་  
མཐོང་བས་འཕགས་ལམ་བསྐྱེད་པ་དགོས་པ་མེད་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཉིང་

འཛིན་གྲུལ་པོ་ལས། མིག་དང་རྩ་བ་སྣ་ཡང་ཆད་མ་མིན། ཞེས་སོགས་ཀྱང་དེ་ཁོ་  
ན་ཉིད་ལ་ཆད་མ་ཡིན་པ་བཀག་བར་ཤེས་བར་བྱའོ། །གཟུགས་ལ་སོགས་པ་  
རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་མ་གྲུབ་ན་ཇི་ལྟར་གྲགས་ཤིང་། གྲགས་ནའང་ཇི་ལྟར་  
བརྟན་པ་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ནི་བྱད་མེད་ཀྱི་ལུས་མི་གཙང་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་གཙང་  
བ་སོགས་སུ་གྲགས་པ་བཞིན་དུ་དངོས་པོ་རྣམས་བརྟན་པ་ཡིན་ནོ།།

གཉིས་པ་ལ། འདུས་བྱས་མི་རྟག་པ་སོགས་སུ་སྟོན་པའི་ལུང་དྲང་དོན་  
དུ་བསྟན་པ་དང་། དེས་དོན་ཡིན་པ་དགག་པ་དང་། དེ་ལ་འགལ་བ་སྤང་བའོ། །  
དང་པོ་ནི། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་ན། མདོ་ལས་མི་རྟག་  
པ་སོགས་སུ་གསུངས་པ་དང་འགལ་ལོ་ཞེ་ན། མི་འགལ་ཏེ། འཇིག་རྟེན་པ་དེ་  
ཁོ་ན་ཉིད་ལ་རིམ་གྱིས་གཞུག་པའི་དོན་དུ་ནི་མགོན་པོས་དངོས་པོ་མི་རྟག་པར་  
བསྟན་ཏོ།།

གཉིས་པ་ནི། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་དངོས་པོ་དེ་དག་སྐད་ཅིག་མ་ཉིད་དུ་གྲུབ་  
པ་མིན་ཏེ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་གཅིག་དང་དུ་མ་གང་དུ་འང་མ་གྲུབ་པའི་སྤྱིར་རོ།།

གསུམ་པ་ལ། ཀུན་རྫོབ་རྒྱུ་འདྲུབ་པ་སྤང་བ་དང་། ཚོགས་གསོག་  
པ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་དང་། ཉིང་མཚམས་སྦྱར་བ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་དང་།  
དགེ་སྤྲིག་གི་རྣམ་དབྱེ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་དང་། འཁོར་འདས་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་སོ་  
སོར་ངེས་པ་མི་འཐད་པ་སྤང་བའོ། །དང་པོ་ནི། ཀུན་རྫོབ་རྒྱུ་འདྲུབ་འདུས་བྱས་མི་  
རྟག་པར་གྲུབ་པ་འགལ་ཏེ། འཇིག་རྟེན་ནས་སྤྱོད་དངོས་པོ་དེ་ཉིད་སྤྱོད་པ་

སོགས་རྟག་པར་གྲགས་པའི་ཕྱིར་ཞེས། འཇིག་རྟེན་ན་གཟུགས་སོགས་རྟག་པར་  
 གྲགས་ཀྱང་མི་རྟག་པར་ཚད་མས་མ་གྲུབ་པའི་ཉེས་པ་མེད་དེ། མི་རྟག་སོགས་  
 རྣམ་འབྱོར་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཐ་སྙད་པའི་ཚད་མས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། འོ་ན་མི་རྟག་  
 སོགས་མཐོང་བ་དེ་ཉིད་མཐོང་པར་བཤད་པ་དང་འགལ་ཞེས། མི་འགལ་ཏེ།  
 འཇིག་རྟེན་བ་གཙང་བདེ་རྟག་སོགས་སྤྱ་ཞེན་པ་ལ་བལྟོས་ནས་དེ་ཉིད་མཐོང་པར་  
 བཞེད་པ་ཅམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ལས་གཞན་དུ་འཇིག་རྟེན་ན་གྲགས་ཚད་ཚད་མ་  
 ཡིན་ན་བུད་མེད་མི་གཙང་པར་ངེས་པར་རྟོག་པ་མི་སྤྲུག་པ་བསྟོམ་པའི་རྣམ་  
 འབྱོར་པ་ལ་བུད་མེད་གཙང་པར་ཞེན་པའི་འཇིག་རྟེན་གྱིས་གནོད་པར་ཐལ་བར་  
 འགྱུར་རོ།

གཉིས་པ་ནི། རང་བཞིན་མེད་ན་རྒྱལ་བ་མཆོད་པ་སོགས་ལ་བསོད་  
 རས་མས་འབྱུང་བར་བཤད་པ་དང་འགལ་ལོ་ཞེས། མི་འགལ་ཏེ་བདེན་མེད་སྤྱུ་མ་  
 དང་འདྲ་བའི་རྒྱལ་བ་ལ་མཆོད་པ་ལ་བསོད་ནས་མས་འབྱུང་བ་ནི་ཅི་ལྟར་ཁྲོད་རྒྱལ་  
 བ་བདེན་པའི་དངོས་པོར་ཡོད་པར་འདོད་པ་ལ་བསོད་ནས་མས་འབྱུང་བར་འདོད་  
 པ་ཇི་ལྟར་བ་བཞིན་ནོ། །བདེན་རུང་མི་བདེན་རུང་དངོས་པོ་དང་མཐུན་པ་བསོད་  
 རས་མས་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ།

གསུམ་པ་ནི་གལ་ཏེ་སེམས་ཅན་བདེན་མེད་སྤྱུ་མ་དང་འདྲ་ན། སྤྱུ་མའི་  
 སེམས་ཅན་ཞིག་ནས་སྤྱུ་མི་འབྱུང་བ་ལྟར་སེམས་ཅན་གྱི་ནས་ཇི་ལྟར་སྤྱུ་ཞེས།  
 སྤྱུ་མ་དང་སེམས་ཅན་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་འདྲ་བར་ཁས་མ་སྤྱངས་ཀྱི་བདེན་པར་

གྲུབ་མ་གྲུབ་འདྲ་བར་ཁས་སྒྲུངས་ལ་དེ་ཙམ་ལ་སྒྲིན་དེ་འཇུག་ན་ཁྱོད་རང་གིས་  
 གྲུང་མི་ལམ་སྒྲུམ་བརྩན་པར་ཁས་སྒྲུངས་པས་སྒྲུལ་གཞི་དེ་རྟར་སྒྲུང་ན་ཐོང་བྱར་  
 ཇི་ལྟར་མི་སྒྲུང་ཞེས་སྒྲུལ་ན་མཚུངས་སོ། །དེས་ན་བརྩན་པ་ལའང་ཇི་སྟིང་རྒྱུན་  
 རྣམས་ཚོགས་པར་གྱུར་ན་དུས་དེ་སྟིང་སྒྲུལ་འང་འབྱུང་བར་འབྱུར་བ་བཞིན། མ་  
 རིག་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུན་ཚོགས་ན་སེམས་ཅན་རྣམས་གྲུང་ཉིང་མཚམས་སྒྲོར་  
 བ་ཡིན་ནོ། །དེ་མི་མཚུངས་ཏེ། སེམས་ཅན་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་རྒྱུན་རིང་བའི་  
 ཕྱིར་ཞེན། རྒྱུན་རིང་བ་ཙམ་གྱིས་ཇི་ལྟར་ན་སེམས་ཅན་བདེན་པར་ཡོད་པ་ཡིན་  
 ལ་སྒྲུམ་རྒྱུན་ཐུང་བས་བརྩན་པའི་བྱུང་བར་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ལྟ་ན་སྒྲུམ་  
 དང་མི་ལམ་སོགས་ལའང་རྒྱུན་རིང་ཐུང་ཡོད་པས་བདེན་བརྩན་གྱི་བྱུང་བར་ཁས་  
 སྒྲུངས་དགོས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། མི་ལམ་དུ་བསྐྱལ་བ་དྲན་པ་དང་ཞག་གཅིག་དྲན་པ་  
 སོགས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ།

བཞི་པ་ནི། རང་བཞིན་མེད་པ་སྒྲུམ་དང་འདྲ་ན། སེམས་ཅན་བསད་པ་  
 སོགས་ལ་སྟིག་པ་འབྱུང་བར་བཤད་པ་དང་འགལ་ལོ་ཞེན། སྒྲུམ་འདི་སྒྲུལ་བྱ་  
 བསད་པ་སོགས་ལའང་མིར་འདུལ་ཤེས་ཏེ་གསོད་འདོད་ཀྱིས་མཚོན་བསྟུན་པ་  
 སོགས་བྱས་ན་སྒྲོར་བའི་སྟིག་པ་ཡོད་ལ། སྟིག་གཅོད་དངོས་གཞིའི་སྟིག་པ་མེད་  
 དེ། དེ་ལ་སེམས་མེད་པའི་ཕྱིར་ནའོ། །མི་ལ་སོགས་པ་སྒྲུམ་འདི་སེམས་དང་ལྡན་  
 པའི་སེམས་ཅན་ལ་ཕན་བཏགས་པས་བསོད་ནམས་དང་ནི་གཞོད་པ་བྱས་པས་  
 སྟིག་པ་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །རང་བཞིན་མེད་པར་མཚུངས་པ་ལ་སེམས་ཡོད་མེད་

དུ་སྐྱེ་བ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། སྐྱེ་མའི་རྒྱུ་སྤྲུལ་དང་། སྤྲུལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་ལ་སྐྱེ་  
མ་སེམས་ལྟན་དུ་བསྐྱེད་པའི་རྩལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྐྱེ་མའི་རྟ་སྤྲང་ལ་སེམས་ནི་  
འབྱུང་བ་མེད་དོ། །སྒྲ་ཚོགས་པའི་རྒྱུ་ལས་འབྱུང་པའི་སྐྱེ་མ་དེའང་སྒྲ་ཚོགས་  
ཉིད་དུ་སྤྲང་བ་ཡིན་ཏེ། ཡང་གི་སྐྱེས་སེམས་ཅན་དུ་མ་ཟད་པའོ། །འབྲས་བུ་སྒྲ་  
ཚོགས་ལ་སྐྱེ་སྒྲ་ཚོགས་འབྱུང་དགོས་པ་ནི། རྒྱུ་གཅིག་གིས་ནི་འབྲས་བུ་ཀྱན་  
བསྐྱེད་རྩལ་བ་གང་ནའང་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ།

ལྷ་པ་ནི། དབུ་མ་པས་དོན་དམ་དུ་སྐྱེ་བ་དང་ཆ་བ་སོགས་མེད་ཅིང་རང་  
བཞིན་གྱིས་སྤྲོང་བ་རང་བཞིན་གྱི་ཐུང་འདས་སུ་ཁས་སྤངས་ཤིང་། སྐྱེ་ཆ་སོགས་  
ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་གྲུབ་པ་རྣམས་འཁོར་བར་ཁས་སྤངས་པ་ལ། མདོ་སྡེ་བ་  
སོགས་ན་རེ། གལ་ཏེ་དོན་དམ་པའམ་རང་བཞིན་གྱི་ཐུང་ན་ལས་འདས་པ་ཡིན་  
ན་ཐུང་འདས་ཡིན་ཞིང་། འཁོར་བ་རང་བཞིན་གྱིས་སྤྲོང་བ་དོན་དམ་པའི་ཐུང་  
འདས་ཡིན་ཡང་། འཁོར་བ་ཀྱན་ཐོབ་དུ་སྐྱེ་འཆིའི་རྒྱུ་གྱིས་འཁོར་བ་དེ་ལྟ་ན་  
འཁོར་བ་དང་ཐུང་འདས་གཞི་མཐུན་ཡོད་པར་འགྱུར་ལ། དེ་ཡིན་ན་སངས་རྒྱས་  
ཀྱང་ནི་འཁོར་བར་འཁོར་བར་འགྱུར་བས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་སངས་  
རྒྱས་ཐོབ་པའི་དོན་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྦྱོང་བས་ཅི་ཞིག་བྱ་དོན་མེད་པར་  
ཐལ་ལོ་ཞེ་ན། སྦྱོན་མེད་དེ། རང་བཞིན་གྱི་ཐུང་འདས་དང་། སྦྱོ་བུར་རྣམ་དག་  
གི་ཐུང་འདས་ལ་བྱུང་པར་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །རང་བཞིན་གྱིས་ཐུང་ན་ལས་  
འདས་པ་ནི། ལམ་ལ་གོམས་པ་ལ་བསྟོས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ལམ་ལ་གོམས་མ་



གོམས་ཀྱན་གྱི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པས་སོ། །སློབ་ཕྱི་བྱེད་ཀྱི་མུང་འདས་ནི་སློབ་ཆེ་འཆིའི་རྒྱན་གྱི་འཁོར་བར་འཁོར་བ་ཆད་པ་ལས་ཐོབ་དགོས་པས་རང་བཞིན་མེད་པ་ཡིན་ཡང་། རྒྱུན་མཐུན་རྒྱན་ནི་མ་ཆད་ན་འཁོར་བར་མ་ཟད་སྐྱུ་མཐའ་ལྡོག་བར་མི་འགྱུར་གྱི་མ་རིག་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུན་མཐུན་རྒྱན་ནི་ཆད་པ་ན་འཁོར་བའས་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་འང་མི་འགྱུར་ངོ་། །སྤར་གྱི་ཚོད་པ་དེ་ལ་དོན་དམ་པའི་མུང་འདས་དང་། མུང་འདས་ཀྱི་ཁྱད་པར་སྤེལ་ས་ལན་འདེབས་དགོས་ཀྱི། གཞན་གྱིས་ལན་མི་ཐེབས་ཏེ་སངས་རྒྱས་མི་འཁོར་ལ་སེམས་ཅན་འཁོར་བ་ཕྱིར་ཚོལ་ཡང་འདོད་པས་སོ། །

གཉིས་པ་སེམས་ཅན་པའི་འདོད་པ་བྱེད་བྱུང་དགག་པ་ལ། འདོད་པ་བཟོད་པ་དང་། དེ་དགག་པ་ལོ། །དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་ན་སྐྱུ་མ་འཛིན་པའི་ཤེས་པ་འབྱུང་བའང་ཡོད་པ་མིན་ན་སྐྱུ་མ་སློབ་གང་གིས་དམིགས་པར་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་བས་སྐྱུ་མཐའ་མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། འདིའང་ཡོད་ན་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་དགོས་སྐུམ་པའི་ཚོད་པ་ལོ། །

གཉིས་པ་ལ། ཚོད་པ་མཚུངས་པ་དང་། དེའི་ལན་དགག་པ་ལོ། །དང་པོ་ནི། གང་གི་ཆོས་ཐམས་ཅན་པ་ཁྱོད་ལ་གཟུང་བྱ་སྤྱི་རོལ་གྱི་དོན་དུ་སྤྱང་བ་ལྟར་དུ་གྲུབ་ན། ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་ཡོད་པས་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་དང་དེ་དམིགས་བྱེད་མེད་པར་འགྱུར་ལ། སྤྱང་བ་ལྟར་མ་གྲུབ་ན། རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པས་ཁྱོད་ལྟར་ན་གཏན་མེད་དུ་འགྱུར་དགོས་ལ། གཟུང་བྱ་དོན་དུ་སྤྱང་བ་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་ཉིད་མེད་

ནང་དེའི་ཆོ་གཟུང་གྲུ་ཅི་ཞིག་དམིགས་ཏེ་གཟུགས་སྐྱ་སོགས་འཛིན་བྱེད་ཀྱང་  
མེད་པར་འགྱུར་རོ།

གཉིས་པ་ལ། འདོད་པ་བརྗོད་པ་དང་། དེ་དགག་པ་ལོ། །དང་པོ་ནི།  
ཁོ་ན་རེ། གཤམ་ཏེ་བྱི་རོལ་དོན་དུ་སྒྲུང་བ་སྒྲུང་བ་ལྟར་གྱི་དོན་དེ་ཉིད་དུ་མེད་ཀྱང་དེ་  
ལས་གཞན་དུ་ཡོད་དེ། གཟུགས་སོགས་ཀྱི་རྣམ་པ་དེ་ནི་སེམས་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་ཡིན་  
ནོ་ཞེས།

གཉིས་པ་ལ། གཉིས་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་གང་གིས་ཀྱང་མ་མཐོང་བ་དང་།  
དྲིས་པའི་ལན་གྱིས་རང་རིག་དགག་པ་ལོ། །དང་པོ་ནི། གང་གི་ཆོ་སེམས་ཉིད་  
སྐྱ་མ་ལྟ་བུའི་དོན་དུ་སྒྲུང་བ་ཡིན་གྱི་བྱི་རོལ་གྱི་དོན་མེད་ན་དེའི་ཆོ་དོན་དང་བྲལ་  
བའི་ཤེས་པ་གང་ཞིག་ཆོད་མ་གང་གིས་མཐོང་སྟེ་མཐོང་བྱེད་མེད་པར་འགྱུར་རོ།

གཉིས་པ་རང་རིག་དགག་པ་ལ། ཤེས་པ་འདི་ལ་ཁ་ཕྱིར་ཕྱོགས་པའི་  
གཟུང་བའི་རྣམ་པ་དང་། ནང་ཁོ་ནར་ཕྱོགས་པའི་འཛིན་པའི་རྣམ་པ་གཉིས་ཡོད་  
ལ། བྱི་མ་རང་རིག་པའི་མཛོན་སུམ་ཡིན་པས། དེས་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་  
དམིགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས། དེ་ལ་ལུང་གིས་དགག་པ་དང་། རིགས་པས་དགག་  
པ་དང་། རང་རིག་ཡོད་པའི་སྐྱབ་བྱེད་དགག་པ་དང་། བདགས་ཡོད་རྣམས་  
དངོས་པོ་བདེན་བྱུང་གྱི་ཉེན་ཅན་དུ་འདོད་པ་དགག་པ་ལོ། །དང་པོ་ནི། ཤེས་པ་དེ་  
ཉིད་ཀྱིས་དེ་ཉིད་གཉིས་སྒྲུང་ལུབ་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཕྱོང་ཞིང་རིག་པ་མི་འཐད་  
དེ། འཛིག་ཉེན་གྱི་ནི་མགོན་པོས་ཀྱང་། གཙུག་ན་རིན་པོ་ཆེའི་མདོ་ལས་རལ་

གྲིའི་སོ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་རལ་གྲིའི་སོ་དེ་ཉིད་བཅད་པར་མི་རྣམས་པ་སོགས་དཔེར་  
བཞག་ནས་སེམས་ཀྱིས་སེམས་མི་མཐོང་ཞེས་གསུངས་སོ། །དཔེར་ན། རལ་  
གྲིའི་སོ་ནི་རང་ལ་རང་གིས་ཇི་ལྟར་ཡང་མི་གཙོད་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཡིད་ཀྱིས་ཡིད་  
མི་མཐོང་ངོ་།

གཉིས་པ་ལ། དཔེ་དགག་པ་དང་། རོན་དགག་པ་ལོ། །དང་པོ་ལ།  
མར་མེའི་དཔེ་དགག་པ་ནི། ཇི་ལྟར་ཉེ་དཔེར་ན། མར་མེས་རང་གི་དངོས་པོ་  
དང་གཞན་གྱི་དངོས་པོ་གཉིས་ཡང་དག་པར་གསལ་བར་བྱེད་པ་བཞིན་དུ་ཤེས་  
པས་ཀྱང་རང་གཞན་གཉིས་ཀ་རིག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དཔེ་མ་གྲུབ་སྟེ།  
མར་མེ་རང་གིས་རང་གསལ་བར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མར་མེ་རང་གིས་རང་  
གསལ་བར་བྱ་བ་མིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རང་གིས་རང་གསལ་མི་དགོས་ཤིང་མི་རྣམས་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་ན་ཐུན་པས་ཀྱང་རང་གཞན་གཉིས་ཀ་སྒྲིབ་པར་བྱེད་པར་  
འགྱུར་ན། དེ་མི་རིགས་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་ན་ཐུན་པ་ལ་ཐུན་པས་བསྒྲིབས་པ་མེད་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །བསྒྲིབས་ན་བྱམ་པ་གོས་ཀྱིས་བསྒྲིབས་པ་བཞིན་དུ་ཐུན་པའང་མི་  
མཐོང་བར་འགྱུར་རོ། །འདི་དག་ནི་རྩ་ཤེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྒྱས་པར་ཤེས་  
པར་བྱའོ།

ཤེས་གྱི་དཔེ་དགག་པ་ནི། དཔེར་ན་ཤེས་བཞིན་དུ་ཤེས་དཀར་པོ་གཞིའི་  
དབང་གིས་སྟོན་པོར་སྒྲེས་པ་ནི། གཞན་ལ་བལྟས་ནས་ཡིན་གྱི་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་  
ཀྱིས་མ་ཡིན་ལ། བེ་རྒྱུ་འི་སྟོན་པོ་ཉིད་ལ་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་སྟོན་པོར་སྒྲེས་པ་

ཡིན་གྱི་གཞན་ལ་བཟོས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་  
འགའ་ཞིག་རིག་པ་ནི་ཤེས་པ་གཞན་ལ་ནི་བཟོས་པ་དང་ཤེས་པ་ནི་རང་གིས་རང་  
རིག་པ་ཡིན་པས་རིག་བྱེད་གཞན་ལ་བཟོས་པ་མེད་པའང་མཐོང་ཞེས། བེ་རྩུ་མི་  
སྟོན་པོ་སྟོན་པོར་རྒྱ་གཞན་ལས་མ་སྐྱེས་པའི་དཔེ་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ་སྟོན་པོ་  
ཉིད་དུ་རྒྱ་གཞན་ལས་སྐྱེས་པ་མིན་པ་ལ་སྟོན་པོ་དེ་རང་གི་བདག་གིས་སྟོན་པོའི་  
བདག་ཉིད་དུ་བྱས་པ་མེད་པའི་སྟེར་རོ།

གཉིས་པ་ནི། མར་མེ་རང་གིས་རང་གསལ་བར་མི་བྱེད་ཀྱང་མར་མེ་  
གསལ་བ་ཉིད་དོ་ཞེས་ཤེས་པས་ཤེས་ཞེས་དེ་ལྟར་རྫོང་པར་བྱེད་ན་ཤེས་པ་རང་  
གིས་རང་གསལ་བ་མ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་། སྟོན་གསལ་བ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཞེས་  
ཤེས་པ་རྗེས་གཞན་གང་གིས་ཤེས་ནས་དེ་སྐད་དུ་རྫོང་པར་བྱེད་དེ་མི་རིགས་  
སོ། །རྗེས་གཞན་གྱིས་རིག་ན་ཐུག་མེད་དུ་འགྱུར་བས། རང་གིས་ཀྱང་མི་རིག་  
གཞན་གྱིས་ཀྱང་མི་རིག་ན་གང་གི་ཆེ་རིག་བྱེད་འགས་ཀྱང་ཤེས་པ་དེ་མཐོང་བ་  
མིན་ན་ཤེས་པ་དེ་ནི་གསལ་བའམ་ནི་མི་གསལ་བའི་ཁྱད་པར་དེ་ནི་བརྫོད་ཀྱང་  
དོན་མེད་དེ། ཁྱད་གཞི་ཤེས་པ་ཆད་མས་མ་གྲུབ་པའི་སྟེར། མོ་གཤམ་བུ་མོ་མི་  
སྟིང་ན་དེའི་བགྱིང་བག་བརྫོད་པ་དོན་མེད་པ་བཞིན་ནོ།

གསུམ་པ་ལ། རང་རིག་མེད་ཀྱང་དྲན་པ་སྐྱེ་བའི་དཔེ་དང་། རང་རིག་  
མེད་ན་གཞན་རིག་མི་འཐད་པ་དགག་པའོ། །དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་རང་རིག་ཡོད་  
པ་མིན་ན་ཡུལ་ཅན་རྣམས་ཤེས་དྲན་པར་ཇི་ལྟར་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་བས་དྲན་པའི་

དྲགས་གྱིས་སྤྱོད་བ་དཔོག་རྒྱས་ན་དེའང་ངས་སྤར་སྤོན་པོ་མཐོང་ངོ་ཞེས་བྲན་པའི་  
 ཆོ་བྲན་བ་སྤྱོད་བའི་རྗེས་སུ་བྱེད་པས་སྤོན་པོ་མཐོང་ངོ་ཞེས་ཡུལ་བྲན་པའི་དྲགས་  
 ལས་ཡུལ་སྤྱོད་བ་ཡོད་པར་གྱུ་བ་ལ། ཡུལ་སྤྱོད་དེ་ཉིད་སྤྱོད་འཛིན་ཡིན་ནོ། །ངས་  
 མཐོང་ཞེས་ཡུལ་ཅན་བྲན་པའི་དྲགས་ལས་ཡུལ་ཅན་སྤྱོད་བ་ཡོད་པར་གྱུ་བ་ལ།  
 ཡུལ་ཅན་སྤྱོད་བ་དེ་ནི་རང་རིག་ཡིན་ལ། སྤྱོད་འཛིན་སྤྱོད་བྱེད་གང་ཡིན་མཐའ་  
 གཞན་འགོག་པའི་རིགས་པས་ཀྱང་རང་རིག་གྱུ་བ་བོ་ཞིན།

ཡུལ་ཅན་བྲན་བ་རང་རིག་གྱུ་བ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྤྱོད་འཛིན་གྱི་ཡུལ་གཞན་  
 སྤོན་པོ་སྤྱོད་བ་ན་སྤར་སྤོན་པོ་འདི་མཐོང་ཞེས་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་འབྲེལ་བ་ལས་ཏེ་  
 འབྲེལ་བར་བྲན་བ་ལས་ཡུལ་ཅན་བྲན་བ་སྤྱི་བར་འགྱུར་གྱི་ཡུལ་ཅན་སྤྱོད་བ་ལས་  
 སྤྱི་བ་མ་ཡིན་ཏེ། གྱི་བའི་དུག་སྤྲུགས་པའི་དུས་མ་སྤྱོད་ཡང་ཕྱིས་བྲན་བ་བཞིན་  
 ནོ། །དཔེར་ན་དགུན་གྱི་དུས་སུ་གྱི་བས་ལུས་ལ་སྤྲུགས་པ་ན། གྱི་དུག་ཞུགས་  
 ཡོད་ཀྱང་སྤྲུགས་བ་སྤྱོད་གི་དུག་མ་སྤྱོད་ངོ་། །དེ་ལས་དུས་ཕྱིས་འབྲུག་གི་སྤྱི་  
 མོས་བ་ན་སྤྲུགས་པའི་ཆོ་དུག་ཞུགས་པར་འདུག་སྟུང་དུ་བྲན་ཀྱང་། སྤར་གྱི་ཆོ་  
 དུག་མ་སྤྱོད་བ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལ་གྱི་བས་སྤྲུགས་པ་ནི་སྤྱོད་འཛིན་གྱིས་ཡུལ་སྤྱོད་བ་  
 བཞིན་ནོ། །སྤྲུགས་པ་དང་དུས་གཅིག་ཏུ་དུག་ཞུགས་པ་ནི་ཡུལ་གཟུང་བ་དང་  
 དུས་གཅིག་ཏུ་ཡོད་པའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་སྤྱོད་བ་དང་འདྲའོ། །དེའི་ཆོ་ཡུལ་ཅན་རང་  
 གིས་རང་མ་སྤྱོད་བ་ནི། སྤྲུགས་པའི་ཆོ་དུག་མ་སྤྱོད་བ་དང་འདྲའོ། །ཕྱིས་  
 སྤྲུགས་པ་བྲན་བ་ནི་ཡུལ་སྤྱོད་བ་བྲན་བ་དང་འདྲའོ། །ཡུལ་སྤྱོད་བ་བྲན་བ་ཉིད་

གྲིས་སྤར་གྱི་ཡུལ་ཅན་ཁོ་རང་གིས་ཁོ་རང་མ་སྤྱོད་ཡང་བྱན་པ་ནི། ལྷགས་པ་བྱན་  
 པ་ཉིད་གྱི་མཐུས་སྤར་ཞུགས་པའི་དུག་མ་སྤྱོད་པ་བྱན་པ་དང་འབྲེལ། །འདི་ནི་  
 རང་རིག་མེད་པར་བྱན་པ་སྤྱོད་པའི་རིགས་པ་མཁམས་པའི་དབང་པོས་མཛད་པ་ལུལ་  
 དུ་བྱུང་བ་ཞིག་སྤར་སྟེ། སྤྱོད་འབྲུག་གི་ལག་པ་བྱེད་པ་རྣམས་གྲིས་ཇི་བཞིན་དུ་  
 མ་འཐོན་པ་འབྲེལ། །འདི་ནི་སྤྱིར་བྱིས་གྱི་རྣམ་ཤེས་གྱི་བྱན་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ་  
 སྤར་གྱི་རྣམ་ཤེས་དེས་རང་གི་རང་མ་སྤྱོད་པའི་བྱིར། ཞེས་པ་ལ། ལྷག་པ་མ་  
 ལྷག་གྱི་ལན་བཏབ་པ་ཡིན་པས། སྤྱོད་འབྲུག་གི་དགོངས་པ་ནི་ཐ་སྤྱད་དུ་རང་  
 རིག་འགོག་པ་མིན་ཞེས་པ་ནི་རྒྱལ་སྤྱི་ཆེན་པོའི་བཞེད་པ་གཏན་མིན་ནོ་ཞེས་  
 གསུང་ངོ་།།

རང་རིག་སྤྱུབ་པའི་རིག་པ་གཞན་དགག་པ་ནི། ཞི་གནས་གྲུབ་ནས་རྣམ་  
 གནས་སྤངས་པ་སོགས་གྱི་རྒྱུན་གཞན་དག་དང་ལྡན་པ་ཡིས་གཞན་གྱི་སེམས་ལ་  
 སོགས་པ་མཐོང་བའི་བྱིར་ཤིན་ཏུ་ཉེ་བའི་རང་ཉིད་གྱི་སེམས་རང་གི་ཡུལ་དུ་  
 གསལ་བ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་རིང་བའི་ཁབ་མཐོང་ན་ཉེ་བའི་རི་མཐོང་བ་བཞིན་ནོ་  
 ཞེ་ན། མིག་སྤྱན་གྲུབ་པའི་རྣམ་མིག་ལ་བྱུགས་པའི་མིག་སྤྱན་གྱི་སྤྱོད་པ་ལས་ས་  
 འོག་གི་བུམ་སོགས་གྱི་གཏེར་མཐོང་ཡང་མིག་སྤྱན་ཉིད་མཐོང་བར་འགྱུར་བ་མིན་  
 པ་བཞིན་དུ་རང་རིག་ཡོད་པ་ལ་གཞོད་པར་འགྱུར་གྱི་སྤྱུབ་བྱེད་དུ་མི་རུང་ངོ་།།

གཉིས་པ་ལ། དངོས་དང་། སེམས་ལས་སྤྱུ་མ་དེ་ཉིད་དང་གཞན་དུ་  
 བཛྲོད་དུ་མེད་པ་དགག་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཅི་སྟེ་རང་རིག་མེད་ན་བྱན་པ་མེད་

བས་ཡུལ་སྤོང་བ་དང་། མཐོང་ཐོས་སོགས་མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། ཇི་ལྟར་  
 མིག་ཤེས་ཀྱིས་མཐོང་བ་དང་ཉན་ཤེས་ཀྱིས་ཐོས་པ་དང་། ཡིད་ཤེས་ཀྱིས་ཤེས་པ་  
 ལ་སོགས་པ་དག་ཀུན་རྫོབ་འདིར་ནི་དགག་པར་བྱ་བ་མིན་ཏེ། དེ་དགག་མི་  
 དགོས་ཏེ། དེ་ཙམ་གྱིས་སྤྱག་བསྐུལ་མི་བསྐྱེད་ཅིང་། དག་བཅོམ་པ་རྣམས་ལ་  
 ཡང་ཐ་སྙད་དེ་དག་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དགག་མི་རུས་ཏེ། འགོག་ན་ལུང་རིགས་  
 ཀྱིས་འགོག་དགོས་ན་དེ་འགོག་ན་ལུང་རིགས་ལ་ཡང་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 བགག་ན་སྦྱོན་ཡོད་དེ། ཆད་ལྷ་ཅན་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་འདིར་ནི་  
 སྤྱག་བསྐུལ་གྱི་རྒྱར་གྱུར་པ་ཡུལ་དེ་དག་བདེན་པར་རྟོག་པ་བསྒྲོག་བྱ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
 ཉིད་འཁོར་བའི་རྩ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འཁོར་བའི་རྩ་བ་མ་ལོག་ན་འཁོར་བ་མི་  
 ལྡོག་ཅིང་། གཟུགས་སྤྱོད་སོགས་བདེན་འཛིན་འཁོར་བའི་རྩ་བར་བསྟན་པས་ཉན་  
 རང་ལ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པ་ཡོད་པར་གསལ་བར་བཞེད་པ་ཡིན་ནོ། །ཁ་  
 རག་པ་སོགས་དབང་ཤེས་ལ་སྤྱང་ཙམ་དགག་བྱ་མིན་ལ། དེ་ལ་རྟག་མི་རྟག་  
 དང་། ཡོད་མེད་སོགས་གང་དུ་གཟུང་ཡང་དགག་བྱ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་བ་ནི། རྒྱ་  
 ནག་གི་མཁན་པོ་སྤྱར་འོངས་པ་ཡིན་ནོ།

གཉིས་བ་ནི། སེམས་ཙམ་པ་ན་རེ། ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་མེད་བས་སེམས་  
 ལས་སྤྱུ་མ་སྟེ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་གཞན་མིན་ཞིང་སྤྱར། དེ་ཆོ་གང་ཞིག་  
 གང་གིས་མཐོང་། །ཞེས་པའི་སྦྱོན་འཇུག་པས་དེ་གཉིས་གཞན་མིན་པར་ཡང་མི་  
 བརྟག་གོ་ཞེ་ན། གཟུགས་སོགས་བདེན་པར་བྱུབ་ན། སྤྱང་བ་ལྟར་དུ་བདེན་

དགོས་ལ་དེ་ལྟ་ན་སྤྱི་རྩལ་དོན་དུ་སྤྲང་བས་སྤྱི་རྩལ་དོན་དུ་བྱུང་དགོས་ལ། སྤྱི་  
 རྩལ་གྱི་དངོས་པོ་ཡིན་ན་ཇི་ལྟར་དེ་སེམས་ལས་ཇུས་གཞན་མིན་ཏེ་ཇུས་གཞན་དུ་  
 ཐལ་ལོ། །ཇུས་གཞན་མིན་ཞེས། བདེན་པའི་དངོས་པོར་མེད་པར་ཐལ། རྣམ་པ་  
 རྣམས་བརྟུན་པར་ཁས་སྤངས་པ་དེ་ལས་གཞན་མིན་པའི་སྤྱིར། ཇི་ལྟར་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་  
 དོན་དུ་སྤྲང་བའི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་བདེན་པར་བྱུང་བ་མིན་ཡང་སེམས་ཀྱི་  
 བལྟ་བྱ་དང་དམིགས་པ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་ཤེས་པ་དུག་ལྟ་བུ་དེ་ཡིན་པའང་བདེན་  
 པར་མ་བྱུང་བར་མཚུངས་སོ། །དེའི་སྤྱིར་སྤྱིར། གལ་ཏེ་འབྲུལ་པ་ཡོད་མིན་  
 ཅུ། ཞེས་པའི་སྒྲིན་ངེད་དབྱུ་མ་པ་ལ་མེད་ཅིང་བྱེད་སེམས་ཙམ་པས་ཀྱང་ཚུལ་དེ་  
 ལ་བརྟེན་ན་མཛེས་སོ། །

བཞི་པ་ནི། གལ་ཏེ་འཁོར་བ་སོགས་བརྟུན་པ་དང་བཏགས་པར་ཡོད་པ་  
 རྣམས་དངོས་པོ་བདེན་བྱུང་བའི་རྟེན་ཅན་ནམ་གཞི་ཅན་ཡིན་ཏེ། འབྲུལ་པ་ཐམས་  
 ཅད་ལ་གཞི་བདེན་པར་ཡོད་པས་སོ། །དཔེར་ན་སྤྲོད་དུམ་ལ་མིར་འབྲུལ་པ་ལ་  
 ཡང་སྤྲོད་དུམ་བདེན་པར་བྱུང་བ་བཞིན་ནོ། །འཁོར་བ་དེ་བཞིན་དུ་གཞི་བདེན་པ་  
 ལ་བརྟེན་པ་ལས་གཞན་དུ་མི་བརྟེན་ན་ནམ་མཁའ་དང་འདྲ་བར་དངོས་པོ་མེད་  
 པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་པ་སྟེ་ཙོད་པ་འདི་བསྐྱབ་བཏུས་སུ་གསུངས་པའི་དོན་ཡིན་  
 གྱིས་གཞན་དུ་བཤད་པ་འདིའི་དོན་མིན་ནོ། །འཁོར་བ་སོགས་དངོས་མེད་དེ་  
 བརྟུན་པ་རྣམས་འབྲུལ་གཞི་བདེན་པའི་དངོས་པོ་ལ་བརྟེན་པས་ན་འཆིང་གོལ་  
 སོགས་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པའི་བྱེད་པ་དང་ལྡན་པར་ཇི་ལྟར་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་བར་



ཐལ། བརྟེན་པའི་གཞི་དངོས་སོ་བདེན་གྲུབ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་འདི་བསྐྱབ་  
 བའུས་སུ་གསུངས་སོ། །སེམས་ཅམ་བ་ཁྱོད་ཀྱི་ལུགས་ཀྱིས་སེམས་ནི་གཟུང་  
 འཛིན་གཉིས་སུ་འབྲུལ་བ་སོགས་ཀྱི་གྲོགས་མེད་པར་རང་རིག་རང་གསལ་  
 གཅིག་བྱ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་པར་ཐལ། ཡུལ་ཡུལ་ཅན་རྒྱངས་ཆད་དུ་སྒྲུང་བ་  
 འདི་སྒྲུང་བ་ལྟར་མ་གྲུབ་པར་ཁས་སྒྲུངས་པས་ཕྱི་དོན་མེད་ལ་གཟུགས་སོགས་ཀྱི་  
 སྒྲུང་བ་ཤེས་བ་ཡིན་པའང་སྒྲར་བཀག་པས་ཤེས་བ་མིན་ལ། དེ་ལྟར་ན་ཤེས་བ་  
 དང་འབྲེལ་མེད་དོན་གཞན་དུ་འགྱུར་བས། གཟུགས་སོགས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་བསྐྱད་  
 གྲུང་ཤེས་པའི་རྣམ་ལས་སྒྲུང་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདོད་ན། གང་གི་ཆོ་སེམས་  
 ནི་གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་དང་བྲལ་བ་དེའི་ཆོ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཞིང་འབད་མེད་དུ་གྲོལ་བར་ཐལ། སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར། འདོད་བ་དེ་ལྟ་ན་  
 ཡང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་གཟུང་འཛིན་རྣམས་ཐ་དད་ཀྱིས་སྒྲོང་  
 པའི་སེམས་ཅམ་དུ་བརྟགས་བ་སྟེ་གཏན་ལ་ཐབ་པའང་ཡོན་ཏན་ཏེ་དགོས་བ་ཅི་  
 ཞིག་ཡོད་དེ་རྩུང་ཟད་གྲུང་མེད་པར་ཐལ། འདོད་བ་དེའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་སྒྲོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལམ་དབྱེས་ལའང་དགོས་རྣམས་མེད་པར་  
 ཐལ་བ་སྒྲུང་བ་ལ། རྩོད་པ་དང་། ལན་མོ། །དང་པོ་ནི། ཁྱོད་ཀྱིས་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུར་རང་བཞིན་མེད་པར་གཏན་ལ་ཐབ་སྟེ་དེ་ལྟར་ཤེས་ན་ཡང་དེས་  
 ཉོན་མོངས་སྒྲོང་བ་སོགས་ཀྱི་དགོས་བ་མེད་ན་ནི་གཏན་ལ་འབེབས་པ་ངལ་བ་

ཅམ་དུ་ཟད་ལ། དགོས་པ་ཡོད་པར་འདོད་ན་འང་ཇི་ལྟར་དེས་ཉོན་མོངས་སྟོག་  
བར་འབྱུར་ཏེ་མི་འབྱུར་བར་ཐལ། གང་གི་ཆོ་སྒྲུ་མའི་བྱད་མེད་ལ་དེ་བྱེད་པ་པོ་  
སྒྲུ་མ་མཁན་ཉིད་ཀྱང་སྤྱི་རོལ་གྱི་བྱད་མེད་ཀྱིས་སྟོང་བར་རྟོགས་ཀྱང་སྒྲུ་མའི་བྱད་  
མེད་འདི་ལོངས་སྤྱད་རུང་དུ་སོང་ན་སྒྲུ་མ་མཁན་ཆགས་པ་སྟེ་བར་འབྱུར་  
བ་མཐོང་ལ་བྱོད་ཀྱི་སྟོང་ཉིད་ནི་དང་པོ་ཐོས་བསམ་གྱིས་རྟོག་པ་ཅམ་ལས་མེད་  
བས་སོ་ཞེ་ན།

གཉིས་པ་ལ། སྒྲུ་མ་མཁན་ལ་ཆགས་པ་སྟེ་བའི་རྒྱ་མཚན་དང་། སྟོང་  
ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་གོམས་པས་ཉོན་མོངས་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་སྟོང་  
བ་འཐད་པར་བསྟན་པ། སྤངས་པའི་འབྲས་བུ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་འབྱུང་བར་  
བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྒྲུ་མ་མཁན་སྒྲུ་མ་དེ་བྱེད་པ་པོ་ནི་ཤེས་བྱ་ལ་སྟེ། སྒྲུ་  
མའི་བྱད་མེད་ལ་ཉོན་མོངས་བག་ཆགས་ཏེ་བདེན་འཛིན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་སྤངས་  
ཤིང་བདེན་པར་འཛིན་པ་དེས་ན་དེ་མཐོང་བའི་དུས་ན་དེ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་  
བག་ཆགས་ཉམ་ཅུང་བ་ཉིད་ཡིན་པས་ཉོན་མོངས་སྟེ་བ་ཡིན་ནོ། །སྒྲུ་མ་དག་  
གིས་སྒྲུ་མའི་བྱད་མེད་བྱད་མེད་ཀྱིས་སྟོང་བར་རྟོགས་པ་ནི་ཉི་ཆོ་བའི་སྟོང་ཉིད་  
ཅམ་ཡིན་པས་དེས་ཉོན་མོངས་མི་སྟོང་ལ། དེད་ཀྱི་ལུགས་ལ་བྱུང་བའི་སྟོང་ཉིད་  
རྟོགས་པས་སྟོང་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ལན་མཇུག་པ་ནི་མི་འཐད་དེ། སྒྲུ་མའི་བྱད་  
མེད་བྱད་མེད་ཀྱིས་སྟོང་བར་རྟོགས་པ་ནི་དགག་བྱ་བླ་མོ་ལ་བསྟོས་པའི་ཉི་ཆོ་བའི་  
སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པ་མིན་ཏེ། དགག་བྱའི་ངོས་འཛིན་དང་དེ་ཆོས་གཅིག་གི་སྟོང་དུ་

མེད་པར་རྟོགས་ན་གཞན་ལའང་གོ་འོང་བ་སོགས་གཞན་ལས་བཤད་བ་ལས་  
 ཤེས་བས་སོ། །དེས་ན་སྤྱིར་འབྲུལ་བ་ལ་རྟོག་མེད་འབྲུལ་བ་རབ་རིབ་གྱིས་སྤྱི་  
 ཤེས་འཛིག་པར་མཐོང་བ་ལྟ་བུ་ལ། ཡིད་གྱིས་སྤྱི་ཤེས་མེད་པར་གོ་བས་འབྲུལ་བ་  
 དེ་མི་ལྟོག་གི་དེ་ལྟོག་བ་ལ་མིག་གི་རབ་རིབ་སེལ་ཐབས་བྱེད་དགོས་སོ། །རྟོག་  
 བ་འབྲུལ་བ་ལའང་འཕྲུལ་དུ་སྒྲོ་བྱར་བའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་ཐག་ཁྲ་ལ་སྤྱུལ་འཛིན་  
 སོགས་ནི་ཐག་པར་རྟོགས་བ་ཅམ་གྱིས་འབྲུལ་བ་དེ་ལྟོག་གི་དེ་ལྟོག་བ་ལ་གོ་བ་དེ་  
 རིང་དུ་སྒྲོམ་བ་སོགས་མི་དགོས་སོ། །འགོ་བ་ཀུན་གྱི་རྒྱུད་གྱི་བདེན་འཛིན་ནི་  
 སངས་རྒྱུས་གྱིས་ཀྱང་མི་གཟིགས་པའི་ཐོག་མ་མེད་བ་ནས་རྒྱུད་ལ་ཆེས་ཤིན་ཏུ་  
 འདྲིས་ཤིང་དེས་རྒྱུད་ཆོས་བ་བཞིན་དུ་སོང་བས་དེའི་ས་བོན་ལྷ་ཞོག་མཛོན་གྱུར་  
 རགས་བའང་བདེན་བ་མེད་པར་རྟོགས་བ་ཅམ་གྱིས་ག་ལ་ལྟོག་ །དེ་ཅམ་དུ་མ་  
 ཟད་བདེན་མེད་མཛོན་སུམ་དུ་རྟོགས་ཀྱང་ཉོན་མོངས་ཀུན་བརྟགས་ས་བོན་དང་  
 བཅས་བ་སྤྱོད་ཡང་ལྷན་སྤྱེས་མི་སྤྱོད་བས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་ཡུན་རིང་དུ་བསྒྲོམ་པའི་  
 སྒྲོམ་ལམ་སོགས་ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག་མང་དུ་གསུངས་བ་ཡིན་ཞིང་། སྤྱོད་ཉིད་  
 རྟོགས་བ་ལའང་མཐར་ཉོན་མོངས་ཟད་བ་འབྱུང་བར་ཁས་སྐྱེས་ཤིང་དེས་ཆོག་  
 གི་དེ་ལ་སྤྱོད་ཉིད་རྟོགས་མ་ཐག་སྤྱོད་དགོས་ཞེས་ཁས་སྐྱེས་ཤིང་ལེན་ཡང་  
 ག་ལ་དགོས་ཞེས་བ་ལན་བསྟུས་བའོ། །སྤྱི་མ་མཁན་སྤྱི་མའི་བྱད་མེད་དེ་བྱེད་  
 བས་ནི་དམིགས་ཡུལ་ཤེས་བྱ་སྤྱེ་སྤྱི་མའི་བྱད་མེད་ལ་ཉོན་མོངས་བག་ཆགས་ཏེ་  
 བདེན་འཛིན་མ་སྤངས་ཤིང་བདེན་པར་འཛིན་བ་དེས་ན་སྤྱི་མའི་བྱད་མེད་བྱད་མེད་

གྱིས་སྤྲོད་པ་དེ་མཐོང་བ་ན་དེའི་སྤྲོད་ཉིད་བག་ཆགས་དེ་ཉམ་ཚུང་བ་སྟེ། བདེན་འཛིན་ལ་གཞོན་པའི་རྒྱས་པ་མེད་དེ། དེ་དང་འཛིན་སྤྲོད་ས་འགལ་བ་མེད་པས་སོ། ། ཉོན་མོངས་བག་ཆགས་ཞེས་པའི་བག་ཆགས་ནི། བདེན་འཛིན་ལ་བྱས་པ་དང་དེའི་ས་བོན་དང་། ཤེས་སྒྲིབ་ལ་བྱས་པ་ཡོད་ཀྱང་འདིར་སྡུ་མའོ།

གཉིས་པ་ལ། སྤྲོད་བསྟན་པ་དང་། བྱེ་བྲག་ཏུ་མཐུན་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྤྲོད་ཉིད་བག་ཆགས་གོམས་པ་སྟེ་དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་སྤྲོད་པར་རྟོགས་ན་དངོས་པོ་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བག་ཆགས་སྤྲོད་པར་འགྱུར་ཞིང་ཅིའང་མེད་ཅེས་པ་སྟེ་བདེན་མེད་ཉིད་ཀྱང་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་པ་གོམས་པས་ནི་བདེན་མེད་བདེན་འཛིན་དེའང་སྤྱི་ནས་སྤྲོད་པར་འགྱུར་རོ། །དགག་བྱ་རགས་པ་བཀག་པ་ཙམ་ཡིན་ན། བཀག་པ་བདེན་གྲུབ་ཕྱིས་དགག་དགོས་ཀྱང་མིང་གི་ཐ་སྙད་གྱིས་བཞག་པ་ཙམ་མིན་པའི་ཡོད་པ་བདེན་ཆད་དུ་བྱས་པའི་དགག་བྱ་སྟོ་མོ་བཀག་པའི་བཀག་པ་བདེན་འཛིན་ནི་དུས་དེའི་ཆོ་ཉིད་ན་འགོག་སྟེ་དེ་མ་ཐག་ཏུ་འཆད་པར་འགྱུར་རོ།

གཉིས་པ་ནི། གང་གི་ཆོ་དངོས་པོ་གང་ཞིག་བདེན་པར་མེད་དོ་ཞེས་བརྟག་བྱའི་དངོས་པོ་བདེན་པར་ཡོད་ན་དམིགས་སུ་རུང་བ་ལས་བདེན་པར་མི་དམིགས་པས་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་པ་དེའི་ཆོ་བདེན་པའི་དངོས་མེད་རྟེན་ཆོས་ཙམ་བདེན་གྲུབ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར། བཀག་པ་བདེན་གྲུབ་སྟོ་དེའི་མདུན་དུ་ཇི་ལྟར་གནས་ཏེ་ཆོས་ཙམ་དང་བྲལ་བའི་ཆོས་ཉིད་མེད་པས་བདེན་སྤྲོད་བདེན་པར་

གྲུབ་ན་ཆོས་ཅན་དེའི་རང་བཞིན་དུ་གྲུབ་དགོས་ལོ་དེ་བདེན་པའི་རང་བཞིན་དུ་  
 གྲུབ་པ་སྤར་ནས་ཁེགས་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་གང་གི་ཆོ་དངོས་པོ་དང་དངོས་མེད་  
 དག་བདེན་གྲུབ་གང་ཡང་སློང་མཐུན་ན་མི་གནས་པ་དེའི་ཆོ་བདེན་པར་གྲུབ་པའི་  
 རྣམ་པ་གཞན་མེད་པས་བདེན་འཛིན་གྱི་དམིགས་པའི་གཏད་སོ་མཐའ་དག་མེད་  
 པར་རྟོགས་པར་སློབ་པ་མཐའ་དག་རབ་ཏུ་ཞི་བ་ཡིན་ཏེ་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་  
 རྟོགས་པའི་གཟིགས་ངོན་སྟོང་ཉིད་ལ་གཉིས་སྤང་གི་སློབ་པའང་ཞི་ལ་སྟོང་ཉིད་  
 རོན་སྤྱིའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པ་ལ་ནི་གཉིས་སྤང་མ་ཁེགས་ཀྱང་ངེས་ངོན་བདེན་  
 པའི་སློབ་པ་ཁེགས་པ་ཡིན་ནོ།།

གསུམ་པ་ལ། རྣམ་རྟོག་མེད་ཀྱང་གདུལ་བྱའི་རེ་བ་སྟོང་བ་འཐད་པ་  
 དཔེ་དང་བཅས་པ་དང་། དེ་ལ་རྩོད་པ་སྤང་བའོ། །དང་པོ་ནི། སངས་རྒྱས་ལ་  
 རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ཞི་བ་ཡིན་ན་གདུལ་བྱ་ལ་ཆོས་བསྟན་པར་བྱའོ་སྟུམ་  
 པའང་མེད་པས་སེམས་ཅན་ལ་ཆོས་བསྟན་པ་སོགས་གྱིས་དོན་མཛད་པ་མི་འཐད་  
 རོ་ཞེ་ན། སྟོན་མེད་དེ། རྟོག་པ་མེད་ཀྱང་མི་ལ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་དང་། ལྷ་ལ་  
 དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་པས་ཇི་ལྟར་འདོད་པའི་རེ་བ་ཡོངས་སུ་  
 སྟོང་བ་དེ་བཞིན་དུ་གདུལ་བྱ་སངས་རྒྱས་དང་འཐད་པ་སོགས་གྱི་བསོད་ནམས་  
 བསགས་པའི་མཐུ་དང་། སངས་རྒྱས་རྣམས་གྱིས་རྟོག་པ་མེད་བཞིན་དུ་སེམས་  
 ཅན་གྱི་དོན་འབད་མེད་ལྟན་གྲུབ་ཏུ་བྱེད་པར་གྱུར་ཅིག་སྟུམ་པའི་སྟོན་གྱི་སྟོན་ལམ་  
 གྱི་དབང་གིས་རྒྱལ་བའི་གཟུགས་ཀྱི་སྐུར་སྤང་ནས་ཆོས་སྟོན་པ་ཆེས་ཤིན་ཏུ་

འཐད་པ་ཡིན་ནོ། སློན་ལམ་བཏབ་པ་འདས་ནས་དུས་རིང་པོ་ལོན་པས་དེས་ད་  
 ལྟར་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པ་མི་འཐད་ཅིང་སློན་ལམ་འདེབས་མཁན་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་ཡིན་པས་དེའི་འབྲས་བུ་རྒྱལ་བའི་མཛད་པར་མི་འཐད་དོ་ཞེ་ན། སློན་མེད་  
 དེ། དཔེར་ན། བྲམ་ཟེས་དུག་ཞི་བར་བྱེད་པའི་ནམ་མཁའ་ལྗིང་གི་མཆོད་སྡོང་  
 བསྐྱབས་ནས་བྲམ་ཟེ་འདས་པར་བྱུར་པ་དེ་འདས་ནས་ཡུན་རིང་ལོན་ཡང་མཆོད་  
 སྡོང་དེ་ད་ལྟར་དུག་ལ་སོགས་པ་ཞི་བར་བྱེད་ཅུས་པ་བཞིན་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྡོད་པ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་ཚོགས་གཉིས་ཀྱི་སློན་སྟེ།  
 རྒྱལ་བའི་མཆོད་སྡོང་བསྐྱབ་པ་འཇུག་པ་པོ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མི་གནས་  
 པའི་ཕྱང་ན་ལས་འདས་པ་མངོན་དུ་བྱས་ཀྱང་གདུལ་བྱའི་གནས་སྐབས་དང་  
 མཐར་ཐུག་གི་དོན་རྣམས་ཐམས་ཅད་མཛད་པ་མི་འགལ་ཞིང་འདི་ནི་རྒྱན་འཛོག་  
 མ་ཤེས་པའི་རྩོད་པའོ།།

གཉིས་པ་ནི། ཉན་ཐོས་པ་ཁ་ཅིག་ན་རེ། སངས་རྒྱས་ལ་རྟོག་པའི་  
 སེམས་མེད་པ་ལ་མཆོད་པ་བྱས་ན་ཇི་ལྟར་བསོད་ནམས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ལྷན་པར་  
 འབྱུར་ཏེ། མཆོད་པ་ལོན་པའི་རྟོག་པའང་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། སངས་རྒྱས་  
 ལ་རྟོག་པ་མེད་ཀྱང་མཆོད་པ་བྱས་པས་བསོད་ནམས་འབྱུང་བ་འཐད་པར་  
 ཐམས། རྒྱ་མཚན་གང་གི་ཕྱིར་ན་སངས་རྒྱས་སྐྱེད་དོས་སུ་བཞུགས་པའམ་ཕྱང་ན་  
 ལས་འདས་རྗེས་ཀྱི་སྐྱེ་གདུང་ལ་མཆོད་པ་གཉིས་བསོད་ནམས་མཚུངས་པ་ཉིད་  
 དུ་བྱམས་པ་སངས་ལ་སྐྱེ་མཛད་ལས་འཐད་པའི་ཕྱིར་རོ། །མཆོད་རྟེན་བསྐྱོར་བའི་

མན་ཡོན་ལས་ཀྱང་། གང་ཞིག་བཞུགས་ལ་མཆོད་བ་དང་། རྒྱ་དན་འདས་པའི་  
སྐྱེ་གདུང་ལ། །སེམས་ནི་མཉམ་པར་དང་བ་ཡིས། །བསོད་ནམས་ལ་ནི་བྱད་  
པར་མེད། །ཅེས་གསུངས་སོ། །སངས་རྒྱས་ལ་མཆོད་བ་སོགས་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་  
བྱུང་བའམ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་འདར་རུང་སྟེ་དེར་མཆོད་བ་བྱས་པས་འབྲས་བུ་འབྱུང་  
བ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལུང་ལས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དཔེར་ན་ཁྱོད་རང་བདེན་པའི་  
སངས་རྒྱས་ལ་ཇི་ལྟར་འབྲས་བུ་དང་བཅས་པ་འདོད་བ་བཞིན་ནོ། །དོན་ནི་དེ་ཁོ་  
ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་དབྱུང་བ་རེ་ཞིག་བཏང་སྟེ་མས་བྱས་ནས་བདེན་ཡང་རུང་བརྟུན་  
ཡང་རུང་ངེད་ལ་དངོས་པོ་དང་མཐུན་པའི་འབྲས་བུ་བྱུང་། །དེས་ཆོག་ཅེས་པའི་  
དོན་ནོ། །

གཉིས་པ་ཐར་པ་ཅམ་ཐོབ་པར་འདོད་པས་ཀྱང་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་དགོས་  
པར་བསྐྱེད་པ་ལ། རྟོན་པ་དང་། ལན་ནོ། །དང་པོ་ནི། ཉན་ཐོས་སྟེ་པ་ཁ་ཅིག་ན་  
རེ། བདེན་པ་བཞིའི་རྣམ་པ་མི་རྟག་སོགས་བརྒྱ་དྲུག་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བ་  
གོམས་པས་གྲོལ་བ་དག་བཅོམ་པའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པར་འགྱུར་གྱི་ཆོས་ཐམས་  
ཅད་བདེན་པས་སྟོང་པ་ཉིད་མཐོང་བས་ཅི་ཞིག་བྱ་དགོས་པ་མེད་ཅིང་མི་རིགས་  
སོ་ཞེ་ན། ཉན་ཐོས་སྟེ་པ་ཁ་ཅིག་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་ལའང་སྟོང་ཉིད་  
རྟོགས་མི་དགོས་པར་མ་ཟད། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་ཀྱི་མིང་ཅམ་ཡང་ཁས་མི་ལེན་  
ཅིང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་བཀར་ཁས་མི་ལེན་པ་དེ་དག་ཕྱོགས་སྟེའི་གཙོ་བོ་  
ཡིན་ལ། ཞར་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྟེ་ཆོད་མར་བཞེད་ཀྱང་དག་བཅོམ་པའི་

འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་ལ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པ་མི་དགོས་པར་བཞེད་པ་དེ་དག་  
ཀྱང་བཀག་ནས། སྤྱང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཉིད་སྤྱིད་པ་ལས་གྲོལ་བའི་  
ལས་དུ་སྐྱབ་བཞེད་ནས་གཞུང་འདི་དག་བཞེད་པ་ཡིན་ནོ།

གཉིས་པ་ལ། སྤྱང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དེ་ཉིད་སྤྱིད་པ་ལས་གྲོལ་  
བའི་ལས་དུ་སྐྱབ་པ་དང་། མི་གནས་པའི་མྱང་རན་ལས་འདས་པའི་ལས་དུ་སྐྱབ་  
པ་དང་། དེས་ན་གྲོལ་བ་དོན་གཉེར་གྱིས་སྤྱང་ཉིད་སྟོམ་རིགས་པར་གདམས་  
བའོ། །དང་པོ་ལ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྡེ་བཀར་ལུང་གིས་བསྐྱབས་པའི་སྟོ་  
ནས་བསྐྱབ་པ་དང་། རིགས་པས་བསྐྱབ་བའོ། །དང་པོ་ནི། ཉན་རང་དབང་བཅོས་  
པའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་ལའང་སྤྱང་ཉིད་རྟོགས་པ་ངས་པར་དགོས་པར་ཐལ། རྒྱ་  
མཚན་གང་གི་ཕྱིར་ན་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའི་མདོ་སྡེའི་ལུང་ལས་སྤྱང་  
ཉིད་རྟོགས་པའི་ལས་འདི་ནི་གོམས་པ་མེད་པར་བྱང་ཆུབ་གསུམ་ག་ཐོབ་པར་  
མེད་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །སྟོན་འཇུག་འབྲེལ་ཆེན་དུ། ཡུམ་གྱི་མདོ་  
ལས། དངོས་པོའི་འདུ་ཤེས་ཅན་ལ་ཐར་པ་མེད་པ་དང་། དུས་གསུམ་གའི་ཡང་  
དག་པར་རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་། རྒྱན་ཞུགས་ནས་རང་རྒྱལ་གྱི་བར་  
རྣམས་ཤེར་ཕྱིན་འདི་ཉིད་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོབ་པར་གསུངས་པ་བྱངས་པ་ལྟར་ཡིན་  
གྱི། རྒྱ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་རྒྱང་པ་ལ་བྱེད་པ་གཞུང་གི་དོན་མིན་ནོ། །གཞན་  
ཡང་མདོ་སྟོགས་ནས་ཉན་རང་ལ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པ་ཡོད་པར་སྟོན་  
པའི་ལུང་མཐའ་ཡས་པ་ཡོད་པ་རྣམས་མ་བྱངས་སོ། །



གཞུང་རྒྱུ་ཡེ་ལ་གཉིས་པོ་འདི། ཉན་ཐོས་སྒྲེ་བ་འགའ་ཞིག་གི་སྒྲོ་ངོར།  
 ཐེག་པ་ཆེན་པོ་བཀར་སྐྱབ་པར་བཞེད་ནས། སྐྱབ་བྱེད་འདི་བཀོད་པ་ཡིན་ནོ། །  
 ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལུང་ཆོད་མར་མི་འདོད་ན། དེ་ལ་སྐྱབ་བྱེད་དུ་བཀོད་པ་རིགས་  
 པ་དང་བུལ་བར་མི་འགྱུར་རམ་སྟེ་ན། སྒྲོན་མེད་པ། སྐྱབ་བྱེད་བཀོད་པ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཚུལ་གསུམ་དང་པོ་ནས་ཕྱིར་ཤོལ་གྱིས་བྱུབ་མི་དགོས་ལ། འདིར་  
 ཡང་སྐྱབ་བྱེད་འདིའི་བྱུབ་པ་འོག་ནས་འགོ་མཚུངས་དང་། རྣམ་མའི་རིགས་  
 པས་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ནོ། སྒྲོབ་དཔོན་གྱིས་ཀྱང་ཐེག་ཆེན་མདོ་སྒྲེ་བཀར་མི་འདོད་  
 པའི་ལོག་རྟོག་དགག་བཞེད་ནས། གཞུང་འདི་བཀོད་པ་ཡིན་ལ། གཏན་ཆོག་ས་  
 འདིའི་བསྐྱབ་བྱེད་སྒྲོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་བྱང་ཚུབ་གསུམ་གའི་ལམ་དུ་  
 སྐྱབ་པ་ཡིན་གྱི། འདིའི་བྱུབ་པ་སྐྱབ་པའི་སྒྲོན་ས། ཐེག་ཆེན་བཀར་སྐྱབ་པ་མིན་  
 པ་དང་ཐེག་ཆེན་བཀར་ལུང་གིས་བསྐྱབ་པར་སྐྱུར་བ་ལ་ཁ་ན་མ་ཐོབ་མེད་དོ།

གཉིས་པ་ལ། འགོ་མཚུངས་ཀྱིས་སྐྱབ་པ་དང་། རྣམ་མའི་རིགས་པས་  
 སྐྱབ་པའོ། །དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྒྲེ་དེད་ལ་བཀར་མ་བྱུབ་  
 ཅིང་ཆོད་མར་ཁས་མི་ལེན་པས་དེད་ལ་མ་བྱུབ་ན། དེ་སྐྱབ་བྱེད་དུ་བཀོད་ནས་  
 སྒྲོང་ཉིད་རྟོགས་པ་ཉན་རང་གི་འང་ལམ་དུ་སྐྱབ་པ་ནི་སྐྱབ་བྱེད་བསྐྱབ་བྱེད་དང་  
 མཚུངས་སོ་ཞེ་ན། བྱོད་ཀྱི་ལུང་བྱོད་རང་ཆོད་མར་འདོད་པའི་ཐེག་དམན་གྱི་སྒྲེ་  
 སྒྲོད་འདི་རྣམས་བཀའ་ཡིན་པར་ཇི་སྟར་བྱུབ་དེས་པས་དེ་དག་བཀའ་ཡིན་ཏེ་གང་  
 གི་ཕྱིར་ན་ཕུ་བུ་ཅག་གཉིས་ཀ་ལ་ཐེག་པ་དམན་པའི་མདོ་སྒྲེ་འདི་བཀར་བྱུབ་བོ་ཞེ་

ན། སྤྱི་མཚན་ཀུན་ནས་མཚུངས་ཏེ། ཁྱོད་སྤྱི་མ་ཐག་པ་དང་། ལུང་དོན་  
 རིགས་པས་གཏན་ལ་མ་བཟུངས་པའི་དང་པོ་ཁྱོད་ལའང་དམན་པའི་སྤྱོད་འདི་  
 ཚད་མར་མ་གྲུབ་ལ་དུས་ཤིས་ལུང་ཚད་མར་ཁས་ལེན་པའི་སྤྱི་དེ་ཐབས་ངག་  
 གང་འདུལ་བ་ལ་སྒྲུང་། མདོ་སྤྱི་ལ་འཇུག། མཛེན་པའི་ཆོས་ཉིད་དང་མི་འགལ་  
 བར་འཇུག་པའི་ཆོན་པོ་བསྟན་པ་སོགས་ལུང་དོན་རིགས་པས་གཏན་ལ་འབེབས་  
 པའི་ཐབས་གང་གིས་ནི་ལུང་ཚད་མ་དེར་ཡིད་ཆོས་བར་བསྐྱབ་པའི་སྤྱི་བ་བྱེད་དེ་  
 བྱི་ཐོག་ཆོན་གྱི་མདོ་སྤྱི་ལའང་མཚུངས་པར་ཡོད་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་པར་  
 གང་ཟག་གཞན་གང་ཡང་རུང་བ་གཉིས་འདོད་པས་ཚད་མར་བདེན་ན་ནི་རིག་  
 བྱེད་གྱི་གཞུང་སོགས་ཀྱང་བདེན་པར་འགྱུར་བར་ཐལ། གང་ཟག་གཉིས་གྱི་ཚད་  
 མར་འདོད་པ་ཡོད་པའི་བྱིར་རོ།

དེད་འདོད་པའི་ཐོག་དམན་གྱི་སྤྱོད་བཀར་ཁྱོད་གྱིས་ཀྱང་འདོད་པས་  
 ཚོད་པ་མེད་ལ། ཐོག་ཆོན་གྱི་སྤྱོད་དེད་མི་འདོད་པས་ཚོད་པ་དང་བཅས་པའི་  
 བྱིར་ཞེན། འོ་ན། ཐོག་དམན་གྱི་ལུང་ལ་ཐུ་སྟེགས་པ་རྣམས་དང་ཉན་ཐོས་སྤྱི་པ་  
 རྣམས་ཚོད་པ་ཡོད་པའི་བྱིར་དང་། ཐོག་དམན་གྱི་ལུང་སྤྱི་པ་བཙོ་བརྒྱུད་པོ་  
 ཐམས་ཅད་གྱིས་ཚད་མར་ཁས་ལེན་པ་ཡོད་ཀྱང་ནང་ཆོན་གྱི་ལུང་གཞན་བར་སྤྱི་ད་  
 ཡོད་པར་སྟོན་པ་སོགས་ཉན་ཐོས་སྤྱི་པ་ལ་ལས་བཀར་འདོད་ཀྱང་ལ་ལས་དེ་མི་  
 འདོད་པས་སྤྱི་པ་ནང་དུ་རང་དང་གཞན་ཚོད་པ་དང་བཅས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར།  
 ཐོག་དམན་གྱི་སྤྱོད་ཀྱང་ཚད་མ་ཡིན་པར་དོར་བྱུར་འགྱུར་བར་ཐལ་ལོ།

གཉིས་པ་ལ། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་བྲལ་ན་དག་བཅོམ་པ་  
 དང་ཟུང་འདས་ཐོབ་པ་མི་སྲིད་པར་བསྟན་པ་དང་། མི་རྟག་སོགས་བཅུ་དྲུག་གི  
 ལམ་ཙམ་གྱི་དག་བཅོམ་ཐོབ་ན་ཉོན་མོངས་མངོན་གྱུར་སྤངས་པ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་  
 ཐོབ་པར་ཐལ་བ་དང་། དེའི་ལན་དགག་པ་དང་། དེས་ན་ཐར་པ་ཙམ་ཐོབ་པར་  
 འདོད་པས་ཀྱང་སྟོང་ཉིད་སྟོམ་དགོས་པར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། དག་བཅོམ་  
 པ་རྣམས་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ལས་མངོན་སུམ་དུ་ཐོས་ནས་དེའི་རྗེས་སུ་སྟོང་ཉིད་  
 སྟོན་པའི་གསུང་རབ་ལ་བསྟུ་བ་མཛད་པ་ཡིན་པས། དག་སྟོང་དུ་མ་བཤད་པའི་  
 ནང་ནས་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་གྱིས་བསྟན་པའི་རྩ་བ་དག་སྟོང་དག་  
 བཅོམ་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ་དེ་ཡིན་པ་ལ་དག་སྟོང་དག་བཅོམ་པ་ཉིད་ཀྱང་དཀའ་བར་  
 གནས་པ་སྟེ། ཉན་ཐོས་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། དག་བཅོམ་པ་མི་ཐོབ་པར་  
 ཐལ། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ལམ་དུ་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར། ཆོས་རྣམས་  
 རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་བའི་སྟོང་པ་ཁས་མི་ལེན་པ་རྣམས་ལ་དག་བཅོམ་མི་སྲིད་  
 པར་ཐལ་བ་འཕེན་པའང་འདིས་སྟོན་ནོ། །ཀྱང་གི་སྤྲུལ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པ་དང་  
 བྲལ་ན་སངས་རྒྱས་མི་ཐོབ་པར་མ་ཟད་ཅེས་པའོ། །ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པ་ཆོས་  
 ཅན། ཟུང་ན་འདས་པའང་དཀའ་བར་གནས་ཏེ་བྱེད་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་ཟུང་  
 འདས་ཀྱང་མི་འཐད་པར་ཐལ། བྱེད་ཀྱི་སེམས་ནི་བདེན་འཛིན་གྱི་དམིགས་པ་  
 དང་བཅས་པ་སྟེ། དེའི་ཞེན་ཡུལ་རིགས་པས་སུན་མ་སྤྱང་བར་དངོས་པོ་ལ་  
 བདེན་པར་ཞེན་པ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡང་ན་ཀླང་བ་སྤྲུལ་གཉིས་དམ་བཅར་བྱས་

ནས་བྱི་མ་གཉིས་རྟགས་སུ་བྱས་ཏེ། བདེན་འཛིན་ཇི་སྲིད་ཡོད་པ་དེ་སྲིད་དུ་སྤྱང་  
འདས་མི་འཐོབ་པའི་བྱིར་ཞེས་བཤད་དོ།

གཉིས་པ་ནི། དག་བཙམ་པ་ཐོབ་པ་ལ། སྤྱང་ཉིད་རྟགས་མི་དགོས་ཀྱི་  
མི་རྟག་སོགས་བརྩུ་དུག་རྟགས་པའི་ལམ་གོམས་པས་ཉོན་མོངས་ཟད་པར་  
སྤངས་པས་གོལ་བ་དག་བཙམ་པའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་བོ་ཞེ་ན། ཉོན་མོངས་མངོན་  
གྱུར་ཙམ་རེ་ཞིག་སྤངས་པའི་གང་ཟག་དེའི་མངོན་གྱུར་སྤངས་པ་དེ་མ་ཐག་ཏུ་  
དག་བཙམ་པ་དེར་འགྱུར་བར་ཐལ། མི་རྟག་སོགས་བརྩུ་དུག་གི་ལམ་ཙམ་  
སྒྲོམས་པས་ཉོན་མོངས་ཟད་ནས་དག་བཙམ་ཐོབ་པའི་བྱིར། དེ་གཉིས་རྣམ་པ་  
ཐམས་ཅད་དུ་འགོ་མཚུངས་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་འདོད་མི་རྣམས་པ་ནི། ཉོན་  
མོངས་མངོན་གྱུར་རེ་ཞིག་མེད་ཀྱང་མངོན་གྱུར་ཙམ་སྤངས་པའི་གང་ཟག་དེ་དག་  
ལ་ཡང་སྲིད་བྱི་མར་ཉིང་མཚམས་སྤྱོར་བའི་ལས་ཀྱི་རྣམས་པ་མཐོང་བ་ཡིན་པའི་  
བྱིར་རོ། །ཉོན་མོངས་སྤངས་པས་གོལ་ན་ཞེས་པ་ནི། བྱོགས་སྤྲ་མའི་ལུགས་  
བརྗོད་པ་ཡིན་ལ། དེའི་དོན་ནི། བདེན་པ་མཐོང་བས་གོལ་འགྱུར་གྱི། ཞེས་  
བཤད་པ་བཞིན་དུ་མི་རྟག་སོགས་བརྩུ་དུག་གི་ལམ་བསྒྲོམས་པས། ཉོན་མོངས་  
སྤངས་ཏེ་གོལ་བ་ཐོབ་ན་ཞེས་བཤད་ཆུ་ཡིན་ཏེ། སྐབས་འདིར་མི་རྟག་སོགས་  
བརྩུ་དུག་གི་ལམ་ཙམ་གྱིས་ཉོན་མོངས་ལས་གོལ་བ་ཐོབ་མི་ཐོབ་ལ་རྩོད་པའི་བྱིར་  
དང་། བདེན་པ་མཐོང་བ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་རྩོད་པ་ལས་ཤིན་ཏུ་གསལ་བའི་བྱིར་  
རོ།

དེས་ན་མི་རྟག་སོགས་བཅུ་དྲུག་གི་ལམ་གྱིས་ཉོན་མོངས་ཟད་པར་རྣམ་  
 བཤས་སྒྲངས་ནས། དེས་སྟུག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་བ་མིན་ཅོ་ཞེས་  
 འཆད་པ་ནི་འདིའི་དོན་གཏན་མིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་ལམ་དེས་ཉོན་མོངས་སྟེ་པ་གཉིས་  
 དང་ཐུན་མོང་བའི་ཉོན་མོངས་སུ་བཞག་བ་རྣམས། སྒར་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་ལམ་  
 རྒྱད་ལ་བསྐྱེད་པས། རེ་ཞིག་མངོན་གྱུར་དུ་རྒྱ་བ་མེད་པའི་ཆོ། ཉོན་མོངས་ཟད་  
 པའི་གྲོལ་བ་ཐོབ་པར་འཛོག་ན། ཉོན་མོངས་མངོན་གྱུར་ཅམ་རེ་ཞིག་སྒྲངས་པ་  
 དེའི་དེ་མ་ཐག་ཏུ་ཐག་པ་ཐམས་ཅད་ཟད་པའི་གྲོལ་བ་འཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །  
 ཞེས་འགོག་པ་ལ་དགོངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་འདོད་པར་མི་རྣམས་པ་ནི། ཉོན་མོངས་  
 མེད་ཀྱང་དེ་དག་ལ། ལས་གྱི་རྣམས་པ་མཐོང་བ་ཡིན། ཞེས་ཉོན་མོངས་མངོན་  
 གྱུར་རེ་ཞིག་མེད་ཀྱང་། ལས་གྱི་དབང་གིས་ཡང་སྲིད་ཕྱི་མར་འཕེན་པའི་རྣམས་པ་  
 མཐོང་བས་སོ། །ཞེས་པས་སྟོན་ནོ། །གཞུང་དེ་རྣམས་ནི་དེ་ལྟར་བཤད་དགོས་གྱི།  
 འགྲེལ་པ་འགའ་ཞིག་དང་བོད་རྣམས། ཉོན་མོངས་མེད་ཀྱང་མོས་ལ་གྱི་བུ་དང་།  
 འཕགས་པ་སོར་སྒྲེང་ཅན་ལ་སོགས་པ་ལ་སྟོན་སོ་སྟེའི་དུས་སུ་བསགས་པའི་  
 ལས་གྱི་འབྲས་བུ་སྟུག་བསྐྱེད་འབྱིན་པ་མཐོང་བས་དེ་མ་ཐག་ཏུ་གྲོལ་བ་མ་ཡིན་  
 ཅོ་ཞེས་པ་ལྟར་མི་བྱ་སྟེ། འདི་ནི་ཆོ་འདིའི་སྟུག་བསྐྱེད་སྟེས་པའི་རྣམས་པ་མིན་གྱི་  
 ལས་གྱིས་ཡང་སྲིད་ཕྱི་མར་འཕེན་པའི་རྣམས་པ་མི་སྟོག་པས་གྲོལ་བ་མེད་  
 དོ། །ཞེས་སྟོན་པ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་ནི། མི་རྟག་སོགས་གྱི་ལམ་བསྟོམས་པས་དག་བཅོམ་པ་ཐོབ་

པ་ན་སྤངས་པ་རེ་ཞིག་པ་ཙམ་མིན་པའི་སྲིད་པ་ཉི་པར་ལེན་པའི་ལྷན་ཅིག་གྱེད་  
 རྒྱུན་སྲིད་པ་ནི་ལམ་དེས་ཟད་པར་སྤངས་པས་ས་བོན་མེད་པའི་སྲིར་ཡང་སྲིད་སྲི་  
 མ་མི་ལེན་པ་ཉིད་དོ། །ཞེས་ངེས་པ་ཉིད་དོ་ཞེ་ན། ཁྱོད་དག་བཙམ་པར་འདོད་  
 པའི་གང་ཟག་དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྲིད་པ་འདི་མངོན་པ་ནས་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་ཉོན་མོངས་  
 ཅན་མིན་ཡང་མངོན་པ་ནས་ཀླུ་མོངས་མ་རིག་པ་ལ་ཉོན་མོངས་ཅན་ཡིན་མིན་  
 གཉིས་སུ་འདོད་པ་བཞིན་དུ་སྲིད་པ་ལའང་མངོན་པ་ནས་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་ཉོན་  
 མོངས་ཅན་ཡིན་པ་ཞིག་དང་མིན་པ་ཞིག་ཀྱང་ཅི་སྟེ་མེད་དེ་འདོད་དགོས་སོ། །  
 གཞུང་དེས་ནི་སྟེ་པ་གཉིས་དང་ཐེག་ཆེན་པ་ལ་བྱམ་མོང་དུ་གྲགས་པ་ལྟར་གྱི་ཉོན་  
 མོངས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་སྲིད་པ་ཡོད་པར་སྟོན་གྱི་རང་ལུགས་ཀྱི་སྲིད་པ་ལ་ཉོན་  
 མོངས་ཅན་ཡིན་མིན་གཉིས་སུ་འདོད་པ་གཏན་མིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ།

དེས་ན་གང་ཟག་རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་རྒྱས་ཡོད་དུ་འཛིན་པའི་བདག་འཛིན་  
 གྱིས་བྲངས་པའི་སྲིད་པ་མངོན་གྱུར་པ་རེ་ཞིག་སྤངས་ཀྱང་། གང་ཟག་དོ་བོ་ཉིད་  
 གྱིས་གྲུབ་པར་འཛིན་པའི་འཛིག་ལྟས་བྲངས་པའི་སྲིད་པ་ཅི་སྟེ་མེད་ཅེས་པ་ཡིན་  
 པས། སྤར་བཤད་པའི་མངོན་གྱུར་སྤངས་པ་ལ་ནི། བཤད་མ་ཐག་པའི་འཛིག་ལྟ་  
 དང་སྲིད་པ་མངོན་གྱུར་བའང་མི་སྟོབ་གོ། །གལ་ཏེ་ལུགས་དེ་གཉིས་ཀའི་ཉོན་  
 མོངས་མངོན་གྱུར་པ་སྤངས་ན། གཉིས་ཀའི་ས་བོན་མ་སྤངས་པར་ནི་འདྲ་ལ།  
 མངོན་གྱུར་ཡོད་མེད་ལ་བྱད་པར་མ་བྱུང་ན། སྲིད་པ་ལ་བྱད་པར་བྱེ་བ་དོན་མེད་  
 དོ། །སྟོང་ཉིད་མ་རྟོགས་པའི་གང་ཟག་དེ་དག་ལ་ཚོར་བ་ལ་བདེན་འཛིན་གྱི་མ་

རིག་པ་རུང་ཟད་ཀྱང་མ་སྤངས་པས་ཚོར་བའི་རྒྱུ་གྱིས་ཚོར་བ་བདེ་བ་ལ་མི་  
 འབྲལ་བར་སྟེན་པ་དང་། སྤྱུག་བསྐྱལ་ལ་འབྲལ་འདོད་ཀྱི་སྟེན་པ་ངེས་པར་སྦྱེ་བ་  
 ཡིན་ལ་ཚོར་བ་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་བྱུབ་པར་ཞེན་པ་བྱོད་དབྱ་བཅོམ་དུ་འདོད་  
 བ་དེ་དག་ལ་འང་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དངོས་སོ་ལ་བདེན་པར་དམིགས་པ་དང་ནི་  
 བཅས་པའི་སེམས་གང་ཟག་འགའ་ཞིག་གི་རྒྱུད་ལ་ནི་མངོན་གྱུར་དུ་གནས་པར་  
 འགྱུར་བ་དེ་སྟིད་དུ་དེས་དངས་པའི་སྟེན་པ་མངོན་གྱུར་ཡང་ལྡོག་པ་མི་སྟིད་  
 རོ།།

བཞི་པ་ནི། གང་ཟག་དང་ཕུང་པོ་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་བྱུབ་པས་སྟོང་  
 པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པ་དང་ནི་བྲལ་བའི་སེམས་ལ་ཉོན་མོངས་མངོན་གྱུར་བ་རེ་ཞིག་  
 འགགས་པ་ཡིན་དུ་ཟེན་ཀྱང་སྤྲུང་ཡང་མངོན་གྱུར་དུ་སྦྱེ་བར་འགྱུར་ཏེ་འདུལ་ཤེས་  
 མེད་པའི་སྦྱོམས་འཕྲུག་ལ་གནས་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པར་མ་  
 ཟད་དབྱ་བཅོམ་པའི་འབྲས་བུ་ཅམ་ཐོབ་པར་འདོད་པ་ལ་འང་དགག་བྱ་སྤྲ་མོ་  
 བཀག་པའི་སྟོང་ཉིད་བསྐྱོམ་པར་བྱ་བར་ངེས་པར་འདོད་པར་བྱའོ། །རྟོགས་  
 དབང་སྤྱུག་སང་གོ་ལ་སོགས་པས་ཉན་རང་ལ་ཚོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པ་མེད་  
 པ་སྟོང་འཕྲུག་གི་དགོངས་པར་བྱེད་པ་དང་། ཚོར་བའི་རྒྱུ་གྱིས་ཞེས་པ་ལ།  
 རྒྱས་འབྲས་བུ་དཔོག་པ་བྲུབ་པ་མ་ངེས་ཞེས་སྦྱོན་འཛིན་པ་ནི་ཕྱོགས་སྤེལ་ནས་མ་  
 ལངས་ཤིང་ཚོགས་པར་དབྱུང་དུ་མི་རུང་བའི་གཏམ་མོ། །གང་ཟག་དང་ཕུང་པོ་  
 བདེན་འཛིན་ཉོན་མོངས་སུ་འདོད་པ་སྦྱོབ་དཔོན་འདིའི་ཡང་བཞེད་པ་ཡིན་ཏེ།

རྒྱུ་པར་ཤེས་པ་འདོད་ན་ཆེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་དབུ་མ་ལ་འཇུག་པའི་རྣམ་པ་གད་  
ཆེན་མོ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ།།

གཞུང་འདིའི་མཇུག་ཏུ་དག་གང་མདོ་སྡེ་ལ་ཞེས་སོགས་ཤོ་ལོ་ག་གསུམ་  
འདུག་པ་ཐེག་ཆེན་བཀའ་སླབ་པའི་རིགས་པ་སྟོན་འདོད་པར་འདུག་པ་ལ་བསྟན་  
ཅུད་གེ་སྟོང་ཞེས་སོགས་ཀྱི་གོང་དུ་འོང་རྒྱུར་འདུག་པ་ལ། འཇུག་སའི་སྐབས་  
ཀྱང་མ་ཤེས་ཤིང་སྟོབ་དཔོན་གྱི་གཞུང་མིན་ནོ་ཞེས་འབྲེལ་ཆེན་མཁན་པོ་འཆད་  
དོ། །གང་ལྟར་ཡང་དོན་ནི་དག་གང་ལྟག་པ་སེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་སྟོན་པས།  
མདོ་སྡེ་ལ་འཇུག །ཚུལ་བྱིས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་སྟོན་པས་འདུལ་བ་ལ་སྤང་། ཤེས་  
རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་སྟོན་པས་མདོན་པ་དང་མི་འགལ་བ་དེ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གསུང་དུ་  
འདོད་ན། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མདོ་སྡེ་པ་ལ་ཆེར་དུ་འང་བསྐྱབ་པ་གསུམ་སྟོན་པས་དེ་  
སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བཀའ་ཅིའི་ཕྱིར་མི་འདོད། བྱོད་ཀྱིས་བཀའི་མཚན་ཉིད་བཞག་པ་  
དེ་ཆང་བར་མ་རྟོགས་པའི་མདོ་གཅིག་རྒྱུ་མཚན་དུ་བྱས་ནས། ཐེག་ཆེན་གྱི་མདོ་  
སྡེ་ཐམས་ཅད་སྟོན་ཅན་དུ་ཁས་ལེན་ན། བྱོད་འདོད་པའི་བཀའི་མཚན་ཉིད་ཆང་  
པའི་ཐེག་དམན་གྱི་མདོ་སྡེ་གཅིག་མཐོང་བས་བྱོད་མདོ་སྡེར་འདོད་པ་དང་མཚན་  
ཉིད་མཚུངས་པས་ཐེག་ཆེན་གྱི་མདོ་སྡེ་ཐམས་ཅད་རྒྱལ་བས་གསུངས་པར་ཅིའི་  
ཕྱིར་མི་འདོད། ཡུམ་རྒྱུས་པ་སོགས་བཀའ་ཡིན་ན། འོད་སྤངས་ཆེན་པོ་ལ་  
སོགས་པས་དེའི་བརྗོད་བྱ་རྟོགས་རིགས་པ་ལ་མ་རྟོགས་པས་བཀའ་མིན་ནོ་ཞེ་  
ན། འོད་སྤངས་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པས་གཏིང་དཔག་དཀའ་བར་འདོད་པའི་ཤིན་



དུ་ཟབ་པ་དེ་བྱོད་ཀྱིས་མ་རྟོགས་པ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་བཀར་གཟུང་བྱ་མིན་  
བར་སྤྲིབ་བྱེད་དེ་བྱེད་པར་མི་རིགས་སོ་ཞེས་བའི་དོན་རྟོ།

གཉིས་པ་ནི། མི་གནས་བའི་སྤྱང་འདས་འགྲུབ་པ་ངེས་པར་སྤྱང་ཉིད་  
རྟོགས་པ་ལ་རག་ལས་ཏེ། གང་ཟག་དང་བྱང་པོ་ལ་བདེན་པར་སྤོངས་པས་  
འཁོར་བར་འཁོར་བའི་སེམས་ཅན་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཅན་རྣམས་ཀྱི་དོན་དུ་སོ་སོ་སྤྱོ་བོ་  
རྣམས་ལྟར་བྱང་པོ་ལ་བདེན་པར་ཆགས་པས་ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་འཁོར་  
བར་འཁོར་བའི་རྟག་མཐར་ལྟར་བ་དང་ཉན་རང་རྣམས་ལྟར་འཁོར་བའི་སྤྲུག་  
བསྐྱེད་ཀྱིས་འཛིགས་ནས་སྤྱིད་པར་སྤྱོ་བ་ཅན་ཆད་པ་ལས་བྱང་བའི་སྤྱང་འདས་  
ཐོབ་བྱར་བྱེད་པའི་ཆད་མཐར་ལྟར་བའི་མཐའ་གཉིས་ཀ་ལས་གྲོལ་བར་བྱང་  
སེམས་འཕགས་པ་རྣམས་སྤྱིང་རྒྱུ་དེའི་དབང་གིས་འཁོར་བར་གནས་པ་འགྲུབ་པར་  
འགྱུར་བ་འདི་ནི་སྤྱང་ཉིད་རྟོགས་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་ཏེ། སྤྱང་ཉིད་རྟོགས་པ་དང་  
བྲལ་ན་སྤྱིང་རྒྱུ་དེའི་དབང་གིས་འཁོར་བར་གནས་སུ་ཟིན་ཀྱང་འཁོར་བའི་སྤྲུག་  
བསྐྱེད་རང་མཚན་པ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་ནས་དེས་སུན་ནས་ཆད་པའི་མཐར་ལྟར་བར་  
འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ།

གསུམ་པ་ནི། དེས་ན་སྤྱང་བཤད་པ་དེ་ལྟར་སྤྱང་བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་  
སུན་འབྱེན་པ་ནི་འཐད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འོག་ནས་འཆད་པའི་རིགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
ཀྱང་གཤོད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེས་ན་ཉན་རང་གི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་འདོད་པས་ཀྱང་  
ཐོཾ་མི་ཟ་བར་སྤྱང་བ་ཉིད་ནི་བསྐྱོམ་པར་བྱ་སྟེ་བདེན་འཛིན་འཁོར་བའི་རྩ་བར་

གྱུར་པའི་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་མ་རིག་པ་ཡིན་ལ། དེའི་ཞེན་ཡུལ་སུན་མ་ཕྱུང་བར་  
 ཐར་པ་ཐོབ་པ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། ཉོན་མོངས་པའི་སྐྱིབ་པ་དང་ཤེས་བྱའི་སྐྱིབ་  
 པའི་ཐུན་པའི་གཉེན་པོའང་སྟོང་པ་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཡིན་པས་སྐྱུར་དུ་  
 སྐྱིབ་པ་གཉིས་ཟད་པའི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་འདོད་པས་སྟོང་ཉིད་དེ་ནི་ཇི་ལྟར་  
 སྟོམ་པར་མི་བྱེད་དེ་དེ་དང་བྲལ་ན་ཉོན་སྐྱིབ་ཀྱིས་བོན་ཡང་སྟོང་མི་རུས་སོ། །  
 ཤེས་སྐྱིབ་ཀྱིས་བོན་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་བག་ཆགས་མཐར་ཐུག་པ་དང་མཛོན་གྱུར་  
 ཉིད་ངོས་སོ་བདེན་པར་སྒྲུང་བའི་སྒྲུང་ཆ་སོགས་ཡིན་གྱི་བདེན་པར་སྒྲུང་ན་ཤེས་  
 སྐྱིབ་ཡིན་པས་བྱུང་བ་སོགས་བྱུར་མི་རུང་ངོ། །

དོན་བསྟུ་བ་ནི། སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་ལ་སྐྱག་པས་དེ་སྟོམ་པར་མི་བྱེད་དོ་  
 ཞེ་ན། བདེན་འཛིན་གྱི་དངོས་སོ་གང་འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྟུལ་བསྐྱེད་པའི་གཙོ་བོ་  
 བྱེད་པ་དེ་ལ་འཛིགས་ཤིང་སྐྱག་པ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་རིགས་ན་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་  
 ཤེས་རབ་འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྟུལ་ཞི་བར་བྱེད་པ་དེ་ལ་འཛིགས་པ་ཇི་ལྟར་སྐྱེ་སྐྱེ་  
 འཛིགས་པར་མི་རིགས་ཏེ། དེ་འཛིགས་པ་ཟད་བྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་  
 བདག་འགའ་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བ་ཡོད་ན་ནི་དེར་ཞེན་པ་ལས་ཡུལ་ཅིའང་རུང་  
 བ་ལས་འཛིགས་པ་སྐྱེ་རིགས་པར་འགྱུར་ན་བདག་ཉིད་འགའ་ཡང་རང་བཞིན་  
 གྱིས་བྱུང་བ་རུང་ཟད་ཀྱང་ཡོད་པ་མིན་པས་འཛིགས་པར་འགྱུར་པ་སོ་དེ་སུ་ཞིག་  
 ཡིན་ཏེ་རང་བཞིན་སེམས་པའི་སྟོས་ཁ་ནང་དུ་ལོག་ལ་སེམས་ཤིག་དང་། བདག་  
 མེད་པ་ཁོང་དུ་ཚུད་ནས་འཛིགས་པ་མཐའ་དག་ལས་གྲོལ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་སྟོང་ཉིད་སྐྱབ་པའི་རིགས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། གང་  
ཟག་གི་བདག་མེད་སྐྱབ་པའི་རིགས་པ་དང་། ཚས་ཀྱི་བདག་མེད་སྐྱབ་པའི་  
རིགས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ། ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་བདག་འཛིན་གྱི་ཞེན་  
ཡུལ་དགག་པ་དང་། ཀུན་བརྟགས་ཀྱི་བདག་དགག་པ་དང་། བཀག་པ་ལ་ཚུང་  
པ་སྟོང་པའོ། །དང་པོ་ནི། སོ་དང་སེན་མོ་སོགས་བདག་ཡིན་པ་འགོག་པ་ནི་  
འཁོར་པ་ལས་གོལ་བའི་དོན་དུ་ཡིན་ན་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་དེ་དག་དཔེ་བར་  
འཛིན་པ་ཡོད་ཀྱི་ངར་འཛིན་པ་མེད་པས་མི་རིགས་སོ་ཞེ་ན། འདི་ནི་མདོ་ལས།  
གཟུགས་བདག་མ་ཡིན་པར་གསུངས་པ་སོགས་དང་དོན་གཅིག་པས། འཛིག་ལྷ་  
ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་དམིགས་རྣམ་གཉིས་ཀྱི་དམིགས་པ་ནི། ལས་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་དུ་གྱུར་  
པའི་ང་ཙམ་དང་ང་ཡི་བའི་རང་ལྟོག་ཙམ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་འཛིག་ལྷས་ང་དང་ང་  
ཡི་བ་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པར་ཞེན་པ་ཡིན་པས་ང་རང་གི་མཚན་ཉིད་  
ཀྱིས་གྲུབ་ན། དེའི་མཚན་གཞིར་ཡུང་པོའི་ཚོགས་པ་དང་རྒྱན་དང་དེའི་ཡ་གྲུལ་  
དང་ཆ་ཤས་དང་། དེ་རྣམས་ལས་ངོ་བོ་ཐ་དད་པ་གང་རུང་ཞིག་ །ངའི་མཚན་  
གཞིར་བསྐྱབ་དགོས་པ་ལ། དེ་རྣམས་དེ་ལྟར་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་ཞེས་འཆད་པ་  
ཡིན་ནོ། །ཡུང་པོའི་ཡ་གྲུལ་བདག་གི་མཚན་གཞི་ཡིན་པ་འགོག་པ་ནི། སོ་དང་  
སྐྱ་སེན་བདག་མ་ཡིན་བདག་གི་མཚན་གཞི་ནི་རུས་པ་དང་ཁྲག་མ་ཡིན་སྐབས་མ་  
ཡིན་བད་ཀན་མ་ཡིན་ཏེ་དེ་དག་ལ་བདག་དུ་བརྟགས་པ་ཙམ་དུ་ཟད་པའི་ཕྱིར།  
ཁུ་སེར་དང་ནི་རྒྱག་ཀྱང་ངའི་མཚན་གཞི་མིན་བདག་གི་མཚན་གཞི་ནི་ཞག་དང་

རྒྱལ་མིན་ཏེ་རྒྱལ་མཆོན་སྤྲུལ་པའོ། རྒྱལ་མཆོན་དག་ཀྱང་བདག་གི་མཆོན་གཞི་མ་ཡིན་  
ལ་རྒྱལ་མ་ལ་སོགས་པའི་ནང་ཁྲོལ་གཞན་ཡང་བདག་གི་མཆོན་གཞི་མིན་ཏེ།  
བདག་ནི་ཕྱི་ས་གཅིན་མ་ཡིན། ཤ་དང་པགས་པ་བདག་མིན་ཏེ། དེ་དག་ལ་  
བདགས་པ་ཅམ་དུ་ཟད་པའི་ཕྱིར་རོ། རྫོད་དང་རྒྱུང་ཡང་བདག་མ་ཡིན། ལུས་  
ཀྱི་ནང་གི་བྱ་ག་སོགས་ཀྱང་བདག་མ་ཡིན་ཏེ་གོ་བར་ཟད་དོ།

དེ་དག་གི་དོན་བསྟུས་ན། རང་སྤྱེད་དོས་པོར་སྤྱོད་རྣམས་གང་ཟག་གི་  
མཆོན་གཞིར་སྤང་བོ་འཛིན་ལ། ཕྱི་རོལ་བ་རྣམས་གང་དག་ཇེ་པོ་དང་སྤང་བོ་  
ཁོལ་བོ་བཞིན་དུ་སྤང་བོ་ལས་དོན་གཞན་པའི་བདག་ཁས་ལེན་པ་ཡིན་ནོ། །  
འདིར་བསྟན་པ་འདི་དག་ནི། དབུ་མ་རིན་ཆེན་སྤང་བ་ལས། ཁམས་རྒྱལ་གང་  
ཟག་ཡིན་པ་བཀག་པ་དང་དོན་གཅིག་པས་བྱ་ག་མིན་ཞེས་པ་ནི། རྣམ་མཁའི་  
ཁམས་གང་ཟག་ཡིན་པ་བཀག་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་ཐ་སྙད་དུ་འང་སྤང་བོའི་  
ཚོགས་པ་དང་། རྒྱན་དང་ཡ་གྲུལ་དང་ཆ་ཤས་གང་ཡང་གང་ཟག་གི་མཆོན་  
གཞིར་བཟུང་དུ་མི་རུང་ལ། དེ་རྣམས་ལས་ངོ་བོ་ཐ་དད་པ་གཞན་ཡང་གང་ཟག་  
ཏུ་བཞག་ཏུ་མེད་དེ། དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་གང་ཟག་ཏུ་བདགས་པ་ཅམ་དུ་ཟད་  
པས་སོ།

མོན། གང་ཟག་ཅུང་ཟད་ཀྱང་བཞག་ཏུ་མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས། རྫོད་  
ལ་ལྟས་བྱིན་དང་མཆོད་སྤྱོད་སོགས་མ་དབྱེད་པར་འཇུག་པ་འདིས་མི་ཚོག་གམ།  
གང་ཟག་ཅེས་པའི་ཐ་སྙད་འཇུག་པའི་གཞི། གང་ཟག་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་

གྲུབ་པ་ཞིག་འདོད་ན་ནི། རྟག་ཆད་གྱི་མཐར་ལྷུང་བར་འགྱུར་བས་དེ་རྒྱལ་ཙམ་  
ཡང་མེད་པར་ཤེས་པར་བྱའོ།།

གཉིས་པ་ལ། གངས་ཅན་པས་བདག་ཤེས་པར་འདོད་པ་དགག་པ་དང་།  
བྱེ་བྲག་པས་བདག་བཅས་པོར་འདོད་པ་དགག་པ་འོ། །ཕྱི་རོལ་པའི་བདག་ཇུས་  
གྲུབ་ཁས་ལེན་པའི་གསལ་བའི་དབྱེ་བ་མཐའ་ཡས་ཀྱང་། དེ་རྣམས་བཅས་རིག་  
གང་རུང་ཞིག་ཏུ་འདོད་པས་འདི་གཉིས་བཀག་པས་གཞན་རྣམས་ཀྱང་འགོག་  
རྒྱས་པར་དགོངས་ནས་གཉིས་པོ་དགག་པ་འདིར་གསུངས་སོ། །དང་པོ་ལ།  
བཀག་པ་དངོས་དང་། དེའི་ལན་དགག་པ་འོ། །དང་པོ་ནི། གངས་ཅན་ཤེས་བྱ་  
ཉི་ཤུ་ཙམ་གངས་ངེས་པ་ལ། གཙོ་བོ་སོགས་ཉེར་བཞི་བཅས་པོ་དང་། ཉེར་ལྔ་  
པ་ཤེས་པ་དང་རིག་པ་དང་སྟོང་བ་དང་སེམས་པ་ཅན་དུ་གྱུར་པའི་བདག་ཏུ་  
འདོད་ལ། གཙོ་བོས་རྣམ་འགྱུར་རྣམས་བྱེད་ཤེས་ཀྱང་ལོངས་སྟོན་མི་ཤེས་ལ།  
ཤེས་རིག་གི་སྦྱེས་བྱས་ཡུལ་ལོངས་སྟོན་ཤེས་ཀྱང་བྱེད་མི་ཤེས་པའི་རྟག་དངོས་  
སུ་འདོད་ལ། ལོངས་སྟོན་པའི་ཆོ། རྫོང་དང་ཆེན་པོ་ཞེས་པ་དེ་ལ་ཕྱི་ནས་སྒྲ་  
སོགས་དེ་ཙམ་ལྷ་ཡང་སྤང་། ནང་ནས་སྦྱེས་བྱུང་སྤང་ནས་ལོངས་སྟོན་ཅིང་།  
རྫོས་ལོངས་སྟོན་བྱ་དང་སྟོན་བྱེད་གཅིག་ཏུ་ཞེན་པར་བྱས་པ་ལས་འཁོར་བར་  
འདོད་དོ། །འདིར་ཞིབ་ཏུ་མ་སྦྱོས་ཤིང་འདི་དག་གི་རྣམ་གཞག་གཞན་དུ་ཤེས་  
པར་བྱ་སྟེ། གངས་ཅན་གྱི་ལུགས་འདི་ལ་མིང་གཞན་བཏགས་ནས་རྣལ་འབྱོར་  
སྒྲ་མེད་གྱི་རྒྱུད་གྱི་དགོངས་པར་འདོད་པ་དུ་མ་སྤང་བའི་ཕྱིར་རོ། །སྒྲ་དང་ཤེས་



དེའི་ཡུལ་ཅན་ཤེས་པ་འདྲ་མཉམ་པར་འགྱུར་ལ། འདོད་ན། སྤྲོས་བྱ་རྟག་བྱ་བ་ཏུ་  
 འདོད་པ་ཉམས་སོ། །གཞན་ཡང་སྤྲོ་འཛིན་ཤེས་པའི་རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ་དེ་  
 གཟུང་འཛིན་ཤེས་པར་ཇི་ལྟར་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་བར་ཐལ། དེ་གཉིས་ནས་པ་  
 ལེགས་པར་འགལ་བའི་ཕྱིར། སྤྲོས་བྱ་གཅིག་ལྟོས་ས་ཐ་དད་ལ་བལྟོས་ནས་པ་  
 དང་བྱར་འཛོག་པ་བཞིན་དུ་ནམ་འགྱུར་དང་རང་བཞིན་ལ་བལྟོས་ནས་གཟུགས་  
 འཛིན་པའི་ཆེ་སྤྲིའི་ནམ་པར་འགྱུར་བ་མེད་ཀྱང་སྤྲིའི་རང་བཞིན་ཡོད་དེ།  
 གཟུགས་སྤྲོ་གཉིས་རང་བཞིན་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེའི་ཆོའང་སྤྲིའི་ཡུལ་ཅན་  
 དུ་འཛོག་གོ་ཞིན། དེ་གཉིས་དཔེ་དོན་མི་མཚུངས་པར་ཐལ། སྤྲོས་བྱ་གཅིག་ནི་  
 ལྟོས་ས་ཐ་དད་ལ་བལྟོས་ནས་པ་དང་བྱ་ཉིད་དུ་བཏགས་པ་ཡིན་གྱི་ཡང་དག་ཉིད་  
 དུ་གྲུབ་པ་མིན་ཡང་ཁྱོད་ཀྱིས་དེ་དག་གི་རང་བཞིན་དོན་དམ་པར་གྲུབ་པར་ཁས་  
 གྲུངས་པའི་ཕྱིར།

འདི་ལྟར་སྤྲོ་སྤྲོ་བས་དང་རྟུལ་དང་ནི་ཐུན་པ་གསུམ་ཆ་མཉམ་པ་གཙོ་བོ་  
 དང་རང་བཞིན་དང་དོན་དམ་པའི་བདེན་པར་ཁྱོད་ཀྱིས་ཁས་གྲུངས་ལ། བུའི་  
 གནས་སྐབས་ཀྱི་རང་བཞིན་དེ་ཉིད་བྱ་མིན་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་རང་བཞིན་དེ་  
 ཉིད་པའང་མིན་ཏེ། གྲུངས་ཅན་གྱིས། ཡོན་ཏན་ནམས་ཀྱི་རང་བཞིན་མཆོག་།  
 མཐོང་བའི་ལམ་དུ་འགྲོ་མ་ཡིན། མཐོང་བའི་ལམ་དུ་གང་གྱུར་ཏེ། སྤྲོ་མ་ལྟ་  
 བྱར་ཡིན་ཏུ་གསོག། ཅེས་རང་བཞིན་ནམ་ཡང་མཐོང་བའི་ལམ་དུ་མི་འགྲོ་ཞིང་  
 དངོས་སུ་མཐོང་བའི་པ་དང་བྱ་ལ་སོགས་པ་བརྟུན་པར་ཁས་གྲུངས་པའི་ཕྱིར།

དེ་ལྟར་ན། བ་དེ་ཉིད་བྱ་དང་བྱ་དེ་ཉིད་པར་ཡང་འགྱུར་ཏེ། བ་བྱ་གཉིས་ཀྱི་རང་  
བཞིན་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

དེས་ན་བ་དང་བྱའི་རང་བཞིན་གཅིག་ཏུ་ཁས་སྒྲུངས་པས་ལྟོས་ས་ལ་  
བལྟོས་ནས་ཀྱང་གནས་སྐབས་སོ་སོར་བཞག་ས་མེད་པས་སོ།།

གཞན་ཡང་གཟུགས་འཛིན་དེ་ནི་ཆོས་ཅན། སྐྱེ་འཛིན་བ་དང་ལྷན་པའི་  
རང་བཞིན་དུ་མེད་དེ། དེར་ཡོད་ན་ནི་ཆད་མས་མཐོང་དགོས་པ་ལ་མཐོང་བ་མ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། གོས་ལ་སོགས་པའི་ཆ་བྱད་སྐྱེ་མ་བཏང་ནས་ཕྱི་མ་ལོན་པའི་  
གར་མཁན་ལྟ་བུར་གཟུང་འཛིན་གྱི་ཚུལ་ཏེ་རྣམ་འགྱུར་གཞན་གྱིས་སྐྱེ་འཛིན་དེ་  
ཉིད་མཐོང་བ་ཡིན་ཞེ་ན། འོ་ན་ཤེས་རིག་དེ་རྟག་དངོས་མིན་པར་ཐལ། ཚུལ་  
ལུགས་གཞན་བཏང་ནས་གཞན་ལོན་པའི་ཕྱིར། གལ་ཏེ་སྐྱེ་འཛིན་ལས་ཚུལ་  
གཞན་གཟུང་འཛིན་དེ་ཉིད་སྐྱེ་འཛིན་དང་རང་བཞིན་གཅིག་ཡིན་པས་སྦྱོན་མེད་དོ་  
ཞེ་ན། དེའི་རང་བཞིན་གཅིག་ཉིད་དེ་ནི་སྦྱོན་མེད་ཅིག་སྟེ་སོ་སོ་ཐ་དད་པ་ཁོ་ནར་  
གནས་པའི་ཕྱིར། ཡང་ན་ཕྱིས་ཀྱི་ཚུལ་དེ་ཉིད་སྐྱེ་མ་གྱིས་ཚུལ་དེ་ཉིད་དུ་ཁས་ལེན་  
མི་རིགས་པར་ཐལ། ཕྱིས་ཀྱི་གཅིག་བྱ་དེ་ནི་སྦྱོན་མེད་པ་གཅིག་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། འགྲེལ་ཆེན་གྱི་གཅིག་བྱ་དེ་ཉིད་ཕྱིས་གཞན་སྐྱེས་པའི་ཆོའང་གཅིག་བྱ་དེ་  
ཉིད་ཡིན་ན་དེ་འདྲའི་གཅིག་སྦྱོན་མེད་ཅིག་སྟེ། བན་ཚུན་འགལ་བ་གཅིག་ཏུ་ཁས་  
སྒྲུངས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་འཆད་དོ། གལ་ཏེ་ཚུལ་གཞན་དུ་སྒྲུང་བ་དེ་སྒྲུང་བ་ལྟར་  
བདེན་པ་མིན་པས་སྦྱོན་མེད་དོ་ཞེ་ན། འོ་ན་ཤེས་པ་དེའི་རང་གི་རང་བཞིན་གཅིག་



ཏུ་བདེན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་སྤྱོད་ཤིག་སྤྱོད་མེད་པར་ཐལ། ཚུལ་གང་དུ་སྤྲང་བ་  
 དེ་སྤྲང་བ་ལྟར་མི་བདེན་པར་ཁས་སྤངས་པའི་ཕྱིར། ཤེས་རིག་གི་སྤྱོད་པ་ཉིད་དུ་  
 བདེན་པར་གྲུབ་པ་ཉིད་དོན་ཞེས། དེ་ལྟར་རྒྱུད་ཐང་དང་པའི་སྤྱོད་པ་ཀུན་གཅིག་ཏུ་  
 ཐལ་བར་འགྱུར་ཏེ། སྤྱོད་པ་ཀུན་ཆ་མེད་གྱི་རྟགས་བྲུབ་ཏུ་ཁས་སྤངས་པའི་ཕྱིར།  
 སེམས་པ་ཅན་ཤེས་རིག་དང་སེམས་མེད་བཅས་པོ་གཙོ་བོ་དེ་དག་ཀྱང་གཅིག་ཏུ་  
 འགྱུར་བར་ཐལ། གང་གི་ཕྱིར་ན་ཆ་མེད་གྱི་རྟགས་བྲུབ་ཏུ་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་  
 མཚུངས་པའི་ཕྱིར། ཡང་ན་ཡོད་པ་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་བདེན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 བའི་ལན་དུ་སྤྲུང་རོ། །གལ་ཏེ་རྣམས་འགྱུར་གྱི་བྱེ་བྲག་མི་འདྲ་བ་རྣམས་ཕྱིན་ཅི་  
 ལོག་བརྒྱན་པ་ཡིན་པ་དེའི་ཆོ་དེ་རྣམས་ཀྱིས་འདྲ་བའི་སྤྱོད་མཚུངས་པའི་རྟེན་སྤྱི་  
 གཙོ་བོ་བདེན་པར་གྲུབ་པ་གང་ཡིན་པ་དེའང་མེད་པར་ཐལ། རྣམས་གྱུར་རྣམས་  
 བརྒྱན་པའི་ཕྱིར་རོ།

གཉིས་པ་ནི། རིགས་པ་ཅན་པ་དང་བྱེ་བྲག་པ་གང་དག་བདག་སེམས་  
 མེད་དང་བཅས་པོར་འདོད་པའང་བདག་མིན་ཏེ། སེམས་མེད་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 དཔེར་ན་བུམ་སོགས་བཞིན་ནོ། །འོན་ཏེ་བདག་རང་ཉིད་བཅས་པོ་ཡིན་ཡང་འདྲ་  
 འབྲེལ་གྲུབ་པའི་སྤྱོད་སེམས་དང་ལྟན་པའི་ཕྱིར་ཡུལ་ཤེས་པར་འཛིག་གོ་ཞེ་  
 ན། འོ་ན་བདག་དེ་ཡུལ་སྤྲུང་མི་ཤེས་པའི་རང་བཞིན་དུ་བདེན་པར་ཡོད་པ་དེ་  
 འཛིག་པར་ཐལ། ཕྱིས་རྒྱེན་གཞན་གྱི་སྤྱོད་སེམས་ཡུལ་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 ཅི་སྤྱོད་བདག་ལ་འགྱུར་བ་རུང་ཐང་གྱང་མེད་པར་ཁས་སྤངས་ན། སེམས་པས་

བདག་དེ་ལ་བྱ་བ་ཅི་ཞིག་བྱས་ནས་ཡུལ་ཤེས་པར་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་བར་ཐལ།  
 བདག་འགྱུར་མེད་དུ་ཁས་སྒྲུངས་པའི་ཕྱིར། དོན་བསྡུ་བ་ནི། དེ་ལྟར་བདག་དེ་  
 ཤེས་པ་མེད་པ་དང་བྱ་བ་དང་བྲལ་བར་ཁས་སྒྲུངས་པས་ནས་མཁའ་བདག་ཏུ་  
 བྱས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། དེ་འབྲུའི་བདག་ཁས་སྒྲུངས་པ་ལ་དགོས་པ་མེད་  
 དེ། བན་གཞོན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ།

གསུམ་པ་ལ། ལས་འབྲས་མི་འཐད་པར་ཐལ་བ་སྤང་བ་དང་། སྤྱིང་རྩེ་  
 སྒྲོམ་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ་བ་སྤང་བའོ། །དང་པོ་ལ། ཚོད་པ་དང་། ལན་ནོ། །  
 དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་བཅིངས་གྲོལ་ཀུན་གྱི་གཞིར་གྱུར་པའི་བདག་ནི་ཡོད་པ་མིན་  
 པར་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྐྱད་ཅིག་གིས་སྒྲིེ་འགག་བྱེད་པ་ཡིན་ན། དག་མི་  
 དགའི་ལས་དང་དེའི་འབྲས་བུའི་འབྲེལ་བ་རིགས་པ་མིན་ཏེ། དག་མི་དགའི་  
 ལས་བྱས་ནས་ནི་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པར་ཞིག་པས་ན་ཕྱིས་ལས་དེ་བྱེད་པ་པོ་སུའི་  
 ལས་སུ་འགྱུར་ཏེ་འབྲས་བུ་སྤྱོད་དུས་ན་ལས་བྱེད་པ་པོ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཁོ་པོ་  
 ཅག་ལྟར་ན་སྒྲིེས་བྱ་དྲག་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།

གཉིས་པ་ནི། ལྷ་ལས་བྱེད་པའི་བྱ་བའི་དུས་དང་འབྲས་བུ་ཡོངས་སྤྱོད་  
 པའི་དུས་ཀྱི་གཞི་གང་ཟག་རྣམས་ཐད་དང་དང་འབྲས་བུ་སྤྱོད་པའི་དུས་དེར་བདག་  
 སྟེ་ལས་བྱེད་པ་པོ་མེད་པར་ཡང་ཁུ་བྱ་ཅག་གཉིས་ཀྱིས་བྱུང་བས་ལས་འབྲས་ཀྱི་  
 འབྲེལ་བ་སྟོན་པའི་སྐབས་འདིར་ཁྱོད་ཀྱིས་ཚོད་པ་དོན་མེད་མ་ཡིན་ནམ། ལྷ་བྱེད་  
 དུས་ན་འབྲས་བུ་སྤྱོད་པ་མེད། སྤྱོད་དུས་ན་ལས་བྱེད་པ་མེད་པར་ཁྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་

ཁས་སྒྲུངས་པའི་ཕྱིར། དེ་སྐོན་དུ་འགྱུར་ན་ཁྱོད་རང་ལ་འང་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་  
དང་། རྒྱན་ལྷན་ཏེ་རྒྱ་གཞི་ག་དུས་ན་འབྲས་བུ་སྤྱོད་བ་དང་བཅས་ཞེས་མཐོང་བ་  
འདི་ནི་སྤྲོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ།

འོ་ན་ཁྱོད་རང་གི་ལུགས་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། སུང་པོའི་རྒྱན་གཅིག་ལ་ནི་  
བརྟེན་ནས་སུ་ལས་བྱེད་པ་པོ་དང་འབྲས་བུ་སྤྱོད་པ་པོ་ཞེས་བྱ་བར་བསྟན་པ་སྟེ་  
གདགས་སོ། །རྒྱན་ཞེས་པ་ནི། ཆ་ཤས་སུ་གྱུར་པའི་སྐད་ཅིག་སྟེ་ཕྱི་བར་གསུམ་  
ཉི་བར་སྒྲུང་བྱུང་ཡོད་པའི་ཆ་ཅན་ཉི་བར་ལེན་པ་པོ་སྟེ། མདོར་ན། གང་ཟག་  
འདིས་ལས་ཀྱང་བྲས་འབྲས་བུ་འང་སྤྱོད་ཞེས་པ་འཐད་གྱི། རྒྱ་འབྲས་དུས་  
གཅིག་པ་སུས་ཀྱང་བཞག་མི་རུས་སོ། །འདས་པ་དང་མ་འོངས་པའི་སེམས་  
བདག་མིན་ཏེ། དེ་ནི་ཞིག་པ་དང་མ་སྐྱེས་པས་བདག་ཏུ་མེད་པའི་ཕྱིར། འོ་ན་ཏེ་  
སྐྱེས་པའི་སེམས་ད་ལྟར་བ་བདག་ཡིན་ན་སྐད་ཅིག་གཉིས་པར་དེ་ཞིག་ནའང་ཁྱོད་  
འདོད་པའི་བདག་མེད་དེ། དཔེར་ན་རྒྱ་ཤིང་སྤོང་པོ་དག་ཆ་ཤས་སུ་བྱེ་ནས་རང་  
བཞིན་གྱིས་བྱུབ་པ་འགའ་ཡང་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུབ་མ་བྱུབ་  
རིགས་པས་རྣམ་པར་དབྱུད་པ་ཡིས་བཅའ་ན་བདག་ཀྱང་ཡང་དག་པར་བྱུབ་པ་  
མིན་ཏེ། འོག་ནས་འཆད་པའི་བདག་མེད་སྐྱུབ་པའི་རིགས་པས་གཞོད་པའི་ཕྱིར་  
རོ།

གཉིས་པ་ནི། གཤམ་ཏེ་སེམས་ཅན་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུབ་པ་འགའ་ཡང་  
ཡོད་པ་མིན་ན་སུ་ལ་སྟོང་རྗེ་བསྟོམ་པར་བྱ་སྟེ་སྟོང་རྗེའི་དམིགས་ལུལ་མེད་པའི་

སྤྱིར་རོ་ཞེ་ན། སེམས་ཅན་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བ་མེད་ན་སྤྱིར་རྗེའི་དམིགས་  
 ཡུལ་མི་འཐད་པའི་སྒྲིན་མེད་པ་ཐལ། འབྲས་བུ་ཐར་པ་ཐོབ་པའི་དོན་དུ་ཁས་  
 སྲུངས་པའི་སྒྲིངས་པས་བརྟགས་པ་གང་ཡིན་པའི་སེམས་ཅན་ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པ་  
 དེ་སྤྱིར་རྗེའི་དམིགས་ཡུལ་དུ་འཐད་པའི་སྤྱིར། སྒྲིངས་པས་བརྟགས་པ་གང་ཟག་  
 དང་ཚོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་ལ་བྱས་ན་དེ་ལ་སེམས་ཅན་བདེན་པར་བརྟགས་པ་ཡིན་  
 པས་དེས་བརྟགས་པ་ལྟར་དུ་བྱུང་བ་པ་བཀག་པས་སེམས་ཅན་མི་ཁེགས་ཏེ། དེ་  
 བཀག་པས་སེམས་ཅན་བརྟགས་ཡོད་མིང་རྒྱུད་དུ་བྱུང་བའི་སྤྱིར་རོ། །ཡང་ན་  
 སྒྲིངས་པ་མ་རིག་པ་ཅོམ་ལ་བྱས་ནས་དེས་བརྟགས་པར་བྱུང་བའི་སེམས་ཅན་  
 སྤྱིར་རྗེའི་དམིགས་ཡུལ་དུ་ཡོད་ཅེས་པའོ། །སེམས་ཅན་མེད་ན་སྤྱིར་རྗེ་གོམས་  
 པའི་འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་དེ་གང་ཟག་སྤྱི་ཐོབ་བྱ་ཡིན་ཏེ། སྤྱི་གཞི་བསྐྱོམས་པ་  
 ལ་འབྲས་བུ་མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། རྒྱུ་འབྲས་དེ་དག་བདེན་པར་མེད་པ་  
 བདེན་ཏེ་འོན་ཀྱང་ཐ་སྙད་དུ་ཚོས་སུ་སྒྲིངས་པ་ལས་སྤྱིར་རྗེ་གོམས་པ་སོགས་མི་  
 འགལ་བར་འདོད་དོ། སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཉེ་བར་ཞི་བའི་དོན་དུ་རང་ཉིད་  
 གྱིས་འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་རྗེས་ཐོབ་ཀྱི་སྐབས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་ཅན་མ་  
 ཡིན་པའི་སྒྲིངས་པ་བསྐྱོག་པར་མི་བྱ་སྟེ། དེ་ཞིག་ལ་བསྐྱོག་མི་ལུས། མ་བསྐྱོག་  
 ཀྱང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཐོབ་པའི་ཐབས་ཀྱི་ཡན་ལག་འདིས་ནི་དེ་ཁོ་ནའི་དོན་ལ་  
 སྒྲིངས་པ་ལ་སྦྱོར་ན་བདེན་པར་སྒྲིངས་པ་སྟེ་བདེན་མེད་ཀྱི་བྱུང་བར་དུ་མ་བྱས་  
 པར་སེམས་ཅན་ཅོམ་ལ་དམིགས་ནས་སྤྱིར་རྗེ་བསྐྱོམས་པའི་སེམས་ཅན་ལ་

དམིགས་པ་དང་ཚོས་ལ་དམིགས་པའི་སྒྲིང་རྩེ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱུར་འགྱུར་བར་  
བསྟན་པ་ལའང་སྒྱུར་དུ་རུང་མོད། དེ་ལས་གཞན་དུ་དེ་ཉིད་རྟོགས་པ་མིན་པའི་  
སེམས་ཅན་ཅམ་ལ་དམིགས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཀུན་རྫོབ་པ་རྣམས་བསྟོག་བྱ་མིན་  
པའི་དོན་ནོ།

འོན་ཀྱང་། མྱོངས་པ་ཡུལ་དང་བཅས་པ་བཀག་པ་ཅི་ཡིན་ཞེ་ན། སྒར་  
འདིར་ནི་སྤྱག་བསྐལ་རྒྱུར་གྱུར་པའི། ཞེས་པའི་སྐབས་སུ་བསྟན་པ་ལྟར།  
འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་རྒྱུའི་ང་རྒྱལ་ཏེ་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་མ་རིག་པ་ནི་བདག་  
ཏུ་མྱོངས་པས་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐལ་འཕེལ་བར་འགྱུར་བས་དེ་བསྟོག་དགོས་  
ཡིང་བསྟོག་རྒྱས་པས་འགལ་བ་མེད་དོ། ཁོ་ན་རེ། དེ་འདྲ་བའི་མྱོངས་པ་བསྟོག་  
པ་དེ་ལས་ཀྱང་བདེན་འཛིན་བསྟོག་པ་མེད་པ་སྟེ་བསྟོག་མི་རྒྱས་ལ་ལན་ཅིག་  
བསྟོག་ཀྱང་འཁོར་བའི་སྤང་པོ་ལྟར་སྒྲར་ཡང་འབྱུང་བས་གཏན་ཟད་དུ་འགྱུར་བ་  
མེད་དོ་ཞེ་ན། བདེན་འཛིན་བསྟོག་མི་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དངོས་པོའི་གནས་  
ལུགས་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ཞུགས་པ་ཡིན་པས། ཡིན་ཏུ་སྟོབས་རྒྱུང་ཞིང་དམན་ལ་  
བདག་མེད་བསྟོམ་པ་དེ་ལ་བསྟོས་ནས་མཆོག་ཡིན་པའི་བྱིར་ཏེ། དངོས་པོའི་དེ་  
ཁོ་ན་ཉིད་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་རྟོགས་པ་ཡིན་པས། ཅིག་ཤོས་རྩ་བ་ནས་བྱུངས་  
འབྱེན་རྒྱས་པ་ཡིན་ནོ།

གཉིས་པ་ཚོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྒྱས་པར་ལམ་དང་པ་ལ། དྲན་པ་ཉིར་གཞག་  
བཞིའི་སྟོན་མཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་ལམ་དང་པ་དང་། བདེན་གཉིས་མི་འཐད་པའི་

ལྷན་ཀྱི་སྤང་བ་དང་། བདག་མེད་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་གཏན་ཚིགས་དགོད་པའོ། །དང་  
པོ་ལ། ལུས་དྲན་པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་བསྐྱོམ་པ་དང་། ཚོར་བ་དྲན་པ་ཉེ་བར་  
བཞག་པ་དང་། སེམས་དྲན་པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་དང་། ཚོས་དྲན་པ་ཉེ་བར་  
བཞག་པ་བསྐྱོམ་པའོ། །དང་པོ་ལ། ཆ་ཅན་ལུས་རང་བཞིན་མེད་པར་གཏན་ལ་  
དབབ་པ་དང་། ཆ་གས་ཡན་ལག་རྣམས་རང་བཞིན་མེད་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་  
དང་། དེས་ན་རང་བཞིན་མེད་པའི་ལུས་སྤྱི་ལམ་ལྟ་བུ་ལ་ཆགས་པར་མི་རིགས་  
པ་དང་། དེས་གང་ཟག་ཀྱང་རང་བཞིན་མེད་པར་གྱུ་བ་པའོ། །

དང་པོ་ནི། ལུས་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་རང་  
བཞིན་གྱིས་གྲུབ་ན་ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་སོ་སོ་བ་དང་། དེ་རྣམས་བསྐྱོམས་པའི་  
ཚོགས་པ་དང་། དེ་རྣམས་ལ་ངོ་བོ་ཐད་པ་གང་རུང་ཞིག་ལུས་ཀྱི་མཚན་གཞིར་  
རྟེན་དགོས་པ་ལ། དེ་མི་རྟེན་པའི་ཕྱིར། ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་བསྐྱོམས་པའི་  
ཚོགས་པ་ལུས་ཡིན་མོད་དེ་ལ་དོགས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད་སྟེ་ན། ཚོགས་པ་ལ་  
བརྟེན་ནས་ལུས་སུ་བཏགས་པ་ཡིན་པས་ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཚོགས་པ་ལུས་སུ་མི་  
རིགས་ཏེ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་མཐར་རྒྱལ་བུན་ཆ་མེད་ཀྱི་མཐར་ཐུག་པར་ཁས་ལེན་  
དགོས་པར་འགྱུར་རོ། །དེས་ན། ལུས་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་འདྲག་པའི་གཞི་ལུས་དེ་  
ཁོ་རང་གི་ངོས་ནས་ཇི་ལྟར་ཡོད་བཅའ་བའི་ཆོ་སྤྱོད་ལུང་རྒྱུ་བ་དང་བྱིན་པ་སྤྱོད་  
ལུང་ལུས་མིན་ལ་བརྟེན་དང་རྟེན་པའང་ལུས་མ་ཡིན། ལྟོ་དང་རྒྱུ་བ་ཀྱང་ལུས་མིན་  
ཏེ། དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱོད་ལུང་ལུས་སུ་བཏགས་པའི་ཕྱིར། བྱང་དང་

དཔུང་བའང་ལུས་མ་ཡིན་ལ། ཕྱི་པ་སོགས་དང་ལག་བའང་ལུས་མ་ཡིན།  
 མཆན་བྱང་དང་ཕྱག་བའང་ལུས་མ་ཡིན། ནང་ཁོལ་རྣམས་ཀྱང་སྐྱེས་བུའི་ལུས་  
 དེ་མིན་ལ་མགོ་དང་མགྱིན་བའང་སྐྱེས་བུའི་ལུས་མིན་ན་ཡན་ལག་འདི་རྣམས་  
 ལས་སྐྱེས་བུའི་ལུས་ནི་གང་ཞིག་ཡིན་ཏེ་གང་ཡང་མ་ཡིན་ལ། དེ་རྣམས་ཚོགས་  
 པ་དང་། དེ་རྣམས་ལས་ངོ་མོ་ཐ་དང་བའང་སྐྱེས་བུའི་ལུས་མ་ཡིན་པས་ལུས་  
 རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བ་མེད་དོ།

རགས་པའི་ལུས་ཡན་ལག་རྣམས་ལས་དོན་གཞན་བ་ཡོད་དོ་ཞེ་ན།  
 གལ་ཏེ་ཡན་ལག་རྣམས་ལས་དོན་གཞན་པའི་རགས་པ་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་ལུས་  
 འདི་ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་ལ་བྱོགས་རེ་ཡིས་ནི་སྟེ། ལག་པ་ལའང་ཆ་གཅིག་བྱིན་  
 པ་ལའང་ཆ་གཅིག་སོགས་ཀྱི་གནས་པར་འགྱུར་རམ། འོན་ཏེ་ཆ་རེ་རེ་ལའང་ཆ་  
 ཅན་ཏེ་མ་ཚང་བ་མེད་པར་ཐམས་ཅད་གྱིས་གནས། དང་པོ་ལྟར་ན། ཆ་ཅན་དེས་  
 ལག་པ་སོགས་ལ་བྱུང་བའི་ཁོ་རང་གི་ཆ་རྣམས་ལག་པ་སོགས་ཀྱི་ཆ་ལ་གནས་  
 པར་འགྱུར་མོད། ཆ་ལག་པ་ལྟ་བུ་དེ་རང་ཉིད་ནི་ཆ་གང་ལ་གནས་པ་དེ་ཐུག་  
 མེད་དུ་འགྱུར་ཏེ། ལག་པ་ལྟ་བུ་དེའང་རང་གི་ཆ་སོར་མོ་སོགས་ལ་གནས་ལ།  
 སོར་མོ་སོགས་ཀྱང་རང་གི་ཆ་ལ་གནས་པའི་བྱིར། གལ་ཏེ་ཡན་ལག་ཅན་ཆ་  
 མེད་ཡིན་པས། ཆ་སོ་སོ་ཡན་ལག་སོ་སོ་ལ་གནས་པ་མ་ཡིན་གྱི། བརྟག་བ་བྱི་  
 མ་ལྟར་བདག་ཉིད་ཀྱན་གྱིས་ལུས་ཡན་ལག་ཅན་ཐོགས་པ་ལག་སོགས་ཆ་རེ་  
 པ་རྣམས་ལའང་གནས་ན་ནི་ལག་སོགས་དེ་དག་ཇི་སྟེད་ཡོད་པའི་གྲངས་དེ་སྟིད་

གྱི་ནི་ལུས་སུ་འགྱུར་བས་ཆ་ཐུག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་བརྟུན་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་  
གྱི་བདེན་པར་གྲུབ་པར་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དོ།

དེན་བསྐྱུ་བ་ནི། དེ་ལྟར་རིགས་པས་བརྟགས་པ་ནི། སངས་རྒྱས་པ་  
འདོད་པའི་སྐྱེས་བུ་ཕྱི་དང་ཕྱི་སྟེགས་པ་འདོད་པའི་ནང་གི་བྱེད་པའི་སྐྱེས་བུ་གང་  
ནའང་ལུས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་ལ་དེ་མེད་ན་ཇི་ལྟར་ལ་སོགས་ལ་ལུས་  
རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡོད་དེ་མེད་དོ། །ལག་སོགས་རྣམས་ལས་ངོ་བོ་གཞན་  
པའི་ལུས་མེད་ན་ལུས་དེ་ནི་ཇི་ལྟར་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ་མེད་  
དོ། །ལུས་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་ཀྱང་འབྲུལ་པའི་རྒྱ་ནི། དེས་ན་ལུས་རང་བཞིན་  
གྱིས་མེད་ཀྱང་དེ་ལྟར་འབྲུལ་པའི་རྒྱ་མཆན་ཡོད་དེ། ལུས་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་  
ཀྱང་ལག་སོགས་ལ་བདེན་པར་སྤོངས་པ་ཡིས་ནི་ལུས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པོ་  
སྟུང་པའི་སྐྱོ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཏེ་དཔེར་ན་མི་དང་འབྲ་བ་སོགས་གྱི་དབྱིབས་སུ་  
བཞོད་པའི་བྱེད་པར་གྱིས་ཐོ་ཡོར་ལ་ནི་མིའི་སྐྱོ་སྐྱེ་བ་བཞིན་ནོ། །ཇི་སྲིད་ཐོ་ཡོར་  
དང་སྤང་བ་མི་གསལ་བ་སོགས་འབྲུལ་པའི་རྒྱུ་ཚོགས་པ་དེ་སྲིད་དུ་ལུས་ནི་  
སྐྱེས་པ་སྟེ་མི་ལྟར་སྤང་བ་དེ་བཞིན་དུ་ཇི་སྲིད་ལག་སོགས་ལ་རང་གི་རྒྱ་རྒྱུ་  
ཚོགས་པ་དེ་ཡོད་པ་དེ་སྲིད་དུ་ཡན་ལག་ཡོད་པ་དེར་ལུས་སུ་སྤང་བ་ལ་ལུས་  
རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་འཛིན་པའི་སྐྱོ་སྐྱེ་བ་ཡིན་ནོ།

གཉིས་པ་ནི། སྐྱེས་བུའི་ལུས་ཡན་ལག་ཚོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་  
བརྟགས་པ་ཡིན་གྱི་བདེན་པར་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་ལྟ་དང་སོར་སོར་ཚོགས་ལ་



བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། ལག་པའང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་གང་  
 ཞིག་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ་མི་སྲིད་དོ། །སོར་མོ་དེའང་ཆོགས་ཀྱི་ཆོགས་ལ་བརྟེན་  
 ནས་བཏགས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་དོ། །ཆོགས་ཀྱང་  
 རང་གི་ཆ་དང་ཆར་སྤྱེ་བས་དབྱུད་ན་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་ལ། ཆོགས་ཀྱི་  
 ཆའང་རྟུལ་སྒན་དུ་སྤྱེ་བ་སྟེ། དབྱེན་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་དོ། །རྟུལ་སྒན་  
 དེའང་ཤར་ལ་སོགས་པའི་སྤྱོགས་ཆའི་དབྱེ་བ་ཡིས་སྤྱེན་སྤྱོགས་ཀྱི་ཆ་རྟུལ་ལ་  
 བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཡིན་པས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་དོ། །སྤྱོགས་ཀྱི་  
 ཆར་དབྱེ་བའང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་དོ། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཆ་  
 ཤས་དང་བྲལ་བའི་བྱིར་དཔེར་ན་ནམ་མཁའ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་རྟུལ་ཡང་རང་  
 བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་དོ། ཡོད་ན་རྟུལ་སྒན་ཆ་མེད་ཁས་ལེན་དགོས་པར་  
 འགྱུར་ལ་དེ་ལ་ནི། རྟུག་གིས་ཅིག་ཅར་སྤྱར་བ་ན། ཞེས་སོགས་ཀྱི་རིགས་པས་  
 གཞོད་པའི་བྱིར་རོ།

གསུམ་པ་ནི། དེ་ལྟར་མི་ལམ་ལྟ་བུའི་གཟུགས་ལ་མ་དབྱུད་པའི་ཆོན་  
 ཚུགས་ཐུབ་པ་ལྟར་སྤྲང་ཞིང་དབྱུད་པའི་ཆོར་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་པ་ལ་  
 རྣམ་དབྱོད་དང་ལྟན་པ་སུ་ཞིག་ཆགས་ཏེ་ཆགས་པར་མི་རིགས་ཏེ། བདེན་འཛིན་  
 གྱི་དཔྱེགས་བཏད་པེར་བ་སྤུང་མེད་པའི་བྱིར་རོ།

བཞི་པ་ནི། གང་གི་ཆོད་ལྟར་སྤྱོས་བུའི་ལུས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་  
 མེད་པ་དེའི་ཆོར་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་སྤྱོས་པ་གང་བུད་མེད་གང་སྟེ་གང་ཟག་

རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་དོ།

གཞུང་འདི་པའི་ལུགས་གྱིས་རང་རྒྱ་རྒྱབ་པའི་གང་ཟག་ཁེགས་པ་ཙམ་གྱིས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་མཚན་ཉིད་རྫོགས་པར་རྫོགས་པ་མ་ཡིན་གྱི་དེ་ལ་ནི་མིང་གིས་ཐ་སྟད་གྱིས་བཞག་པ་ཙམ་མིན་པའི་གང་ཟག་མེད་པར་རྫོགས་དགོས་ལ། བདག་མེད་གཉིས་ལ་རྫོགས་དཀའ་སྒྲུབ་མེད་དེ། གཞི་གང་ཟག་དང་ཕུང་པོ་ལ་རྒྱས་ཡོད་དང་བཏགས་ཡོད་གྱི་སྤྱ་རགས་ཀྱང་མི་འབྱེད་ལ། དགག་བྱའི་ཆོས་བདག་ལ་སྤྱ་རགས་གྱི་བྱུང་པར་ཡང་མི་འབྱེད་པས་སོ། །གང་དག་ཉན་རང་འཕགས་པ་ལ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྫོགས་པ་ཡོད་པ་འོ། །ས་མེད་གྱི་ལུགས་སུ་བྱས་ནས་ཆོས་གྱི་བདག་མེད་རྫོགས་པ་ཡོད་མེད་ལ་ཚད་པ་ནི། གཏིང་མ་དགོགས་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ།

གཉིས་པ་ཆོར་བ་དྲན་པ་ཉེར་གཞག་བསྟོམ་པ་ལ། ཆོར་བ་རང་གི་ངོ་བོ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དགག་པ་དང་། རྒྱ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དགག་པ་དང་། དམིགས་ཡུལ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དགག་པ་དང་། ཆོར་བའི་ཡུལ་ཅན་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དགག་པ་འོ། །དང་པོ་ལ། ཆོར་བ་སྤྱག་བསྐྱུལ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་དང་། ཆོར་བ་བདེ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་དང་། དེས་ན་ཆོར་བ་རང་བཞིན་མེད་པར་བསྟོམ་པའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་གནས་པར་གདམས་པ་འོ།

དང་པོ་ནི། ལུས་བཞིན་དུ་ཆོར་བའང་རང་བཞིན་མེད་པར་བསྟན་པ་ནི།

མྱོང་བྱ་སྤྱག་བསྐལ་དང་མྱོང་བྱེད་ཚོར་བ་དེ་ཁོན་ཉིད་དུ་ཡོད་ན་ཅི་སྟེ་ཡིད་གྱི་  
ཤེས་པ་གཅིག་གི་སྤྲེང་ན་ཡོད་པའི་ཚོར་བ་སྤྱག་བསྐལ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན་དེ་  
གཞན་དུ་འགྱུར་བ་མི་རིགས་པས་ཚོར་བ་རབ་ཏུ་དགའ་བ་དང་བདེ་བ་ལ་རྒྱ་  
མཚན་ཅིས་མི་གཞོད་དེ་གཞོད་པས་བདེ་བ་སྦྱེད་པའི་གོ་སྐབས་མེད་པར་འགྱུར་  
དགོས་ན། སྦྱོར་བ་མཐོང་བའི་བྱིར་སྤྱོད་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དོ།

གཉིས་པ་ནི། བདེ་བའང་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན། ལུ་ཤི་བ་སོགས་གྱི་  
ལྷ་དན་གྱིས་གདུངས་པ་སོགས་ལ་ཁ་ཟས་ཞིས་པོ་སོགས་ཟོས་པས་དེའི་ཡིད་ཅི་  
སྟེ་དགའ་བར་མི་བྱེད་དེ་བདེ་བར་བྱེད་པར་ཐལ། བཟའ་བཏུང་ཞིས་པོ་སོགས་  
གྱིས་བདེ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་བསྦྱེད་པའི་བྱིར། ཁོན་རེ། ལྷ་དན་གྱིས་  
གདུངས་པའི་དུས་བདེ་བ་དེ་སྦྱོས་ཡོད་ཀྱང་སྤྱག་བསྐལ་སྟོབས་དང་ལྷན་པས་  
ཟེལ་གྱིས་གནན་པའི་བྱིར་གལ་ཏེ་བདེ་བ་དེ་མྱོང་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། གང་ཞིག་  
ཉམས་སུ་མྱོང་བའི་བདག་ཉིད་མིན་པ་དེ་ནི་ཚོར་བ་བདེ་བ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཏེ་མ་ཡིན་  
པར་ཐལ། ཉམས་སུ་མ་མྱོང་བའི་བྱིར། དེ་བཞིན་དུ་བདེ་བ་སྟོབས་ལྷན་གྱིས་  
སྤྱག་བསྐལ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཟེལ་གྱིས་མནན་པ་ལའང་ལན་དུ་སྦྱར་རོ།

གལ་ཏེ་བདེ་བ་སྟོབས་ལྷན་སྦྱོས་པའི་ཆོ་ཚོར་བ་སྤྱག་བསྐལ་སྤུ་མོ་ཉིད་དུ་  
ཡོད་པ་མྱོང་བས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་མྱོང་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། ཚོར་བ་སྤྱག་བསྐལ་སྤུ་  
མོ་ཡོད་ན། བདེ་བ་སྟོབས་ལྷན་འདིས་སྤྱག་བསྐལ་ལ་གཞོད་པ་ཅི་ཞིག་བྱས་ནས་  
བདེ་བ་སྟོབས་ལྷན་མྱོང་བར་འཇོག། བདེ་བ་སྟོབས་ལྷན་དེས་སྤྱག་བསྐལ་འདིའི་

རགས་པ་བསལ་མིན་ནམ་སྟེ་ཡིན་པར་འདོད་ལ། སྐྱག་བསལ་སྤྲོ་མོ་དེ་ནི་བདེ་བ་  
 ཆེན་པོ་དེ་ལས་གཞན་དགའ་བ་སྤྲོ་མོ་ཙམ་ཡིན་ནོ། ཞེས། བདེ་བ་སྤྲོ་བ་ཉིད་  
 དེའང་བདེ་བ་དེའི་མཆོན་ཉིད་ལས་མ་འདས་བས་བདེ་བ་སྤྲོ་མོ་ཡིན་ན་བདེ་བ་  
 ཡིན་དགོས་པས་སོ། །བདེ་ན་སྤྱད་ན་གདུང་སོགས་ལ། ཞེས་པའི་སྒྲིན་སྤྱོད་  
 བར་འདོད་ནས་གལ་ཏེ་བཟའ་བདུང་ཞེས་པ་སོགས་ལས་བདེ་བ་སྤྲོ་བ་འདི་ཆེ་  
 སྐྱག་བསལ་དང་འགལ་བ་བདེ་བའི་རྒྱུན་སྤྲོ་བས་ན། དེའི་ཆེ་སྐྱག་བསལ་སྤྲོ་བ་  
 པ་མིན་ནོ་ཞེས། བདེ་སྐྱག་གི་ཆོར་བ་རྟོག་པས་མངོན་པར་ཞེན་ཅིང་བཏགས་པ་  
 ཙམ་ཉིད་ཡིན་ཞེས་བྱ་བར་གྲུབ་མིན་ནམ་སྟེ་གྲུབ་པར་ཐལ། བཟའ་བདུང་གཅིག་  
 ཉིད་རྟོག་པའི་དབང་གིས་བདེ་སྐྱག་གཉིས་ཀའི་རྒྱུར་བཏགས་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་ནི། ཆོར་བ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ན་ཆོར་  
 བ་བདེན་འཛིན་འདི་ཡིན་གཉིན་པོར་ཆོར་བ་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་པའི་རྣམ་  
 པར་དབྱེད་པ་འདི་བསྒྲོམ་པར་བྱ་སྟེ་རྣམ་པར་བཏགས་ཤིང་དབྱེད་པའི་ཞིང་ལས་  
 བྱུང་བའི་ཇི་ལྟ་བུ་ལ་དམིགས་པའི་ལྟ་གཏམ་ཐོང་དང་། ཞི་གནས་ལ་བརྟེན་ནས་  
 ལྟ་གཏམ་ཐོང་བསྒྲོམ་པའི་བསམ་གཏན་གོམས་པར་བྱས་ན་རྣལ་འབྱོར་པའི་རྟོགས་  
 པའི་ལུས་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། ཟས་ཞེས་བྱ་  
 སྟེ། ཐ་མལ་པའི་ཟས་གྱིས་ལུས་རྒྱས་པར་བྱེད་པ་བཞིན་ནོ། །ཉིང་རེ་འཛིན་  
 འདིས་ཐ་མལ་པའི་ལུས་ཀྱང་རྒྱས་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན། སྤྱོད་ཉིད་  
 རྟོགས་ནས་རྩེ་གཅིག་ཏུ་མཉམ་པར་འཛོག་པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ།

གཉིས་པ་ལ། དབང་དོན་སྤང་བ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དགག། རྣམ་  
 ཤེས་ལ་སྤང་བ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དགག། དེས་ན་དེ་གསུམ་སྤང་བ་ལས་  
 སྤང་བའི་རེག་པ་རང་བཞིན་གྱིས་སྤང་བའོ། །དང་པོ་ནི། རྣམ་སྤང་ལ་སྤང་བ་  
 དགག་པར་བྱ་སྟེ། གལ་ཏེ་དབང་དོན་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་སྤང་རབ་སྤང་ན། རྣམ་དེ་  
 གཉིས་ལ་བར་ཡོད་དམ་མེད་བར་བཅས་ཡིན་ནོམེད་ན། རྣམ་དེ་དག་གང་དུ་སྤང་  
 པར་འགྱུར་ཏེ་མ་འསྤང་པར་ཐལ། བར་དང་བཅས་པའི་སྤྱིར། བར་དེར་ཡང་  
 སྤང་སྤང་གང་དུང་གི་རྣམ་ཡོད་ན། དེ་ལའང་བར་ཡོད་པས་སྤང་བ་མེད་བར་  
 འགྱུར་པོ། །བར་མེད་དོན་ཞིན་འདྲ་རྣམ་ཆ་མེད་གཉིས་སྤང་བའི་ཆོས་སྤང་མ་སྤང་གི་  
 རོས་གཉིས་མེད་པས་བདག་ཉིད་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཐམས་ཅད་དུ་སྤང་དགོས་  
 ལ། དེ་ལྷན་གོས་གཅིག་ཏུ་འབྲེས་པས་རྣམ་གཅིག་ཉིད་དུ་འགྱུར་ལ། དེ་ལྷན་  
 ན་སྤང་བ་པོ་གང་ཞིག་སྤང་བ་གང་དང་སྤང་པར་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་བར་ཐལ།  
 དེ་ན་གཉིས་མི་འདུག་པའི་སྤྱིར། དེ་དག་གི་རྒྱ་མཚན་ནི། རྣམ་སྤང་རྣམ་སྤང་  
 གཞན་ལ་འདུག་པ་སྟེ་ཐེམ་པ་མེད་དེ། རྣམ་སྤང་དེ་དག་བར་སྐབས་སྤོང་བ་མེད་  
 པའི་སྤྱིར་དང་པོར་ཆོད་མཉམ་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། བདག་ཉིད་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་  
 ཐམས་ཅད་དུ་སྤང་བ་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་བཞོད་པའོ། །ཁྱབ་པ་ཡོད་དེ་རྣམ་ཐན་  
 རྒྱུ་མ་ཞུགས་ཤིང་མ་ཐེམ་པ་ལ་འབྲེས་པ་མེད་ཅིང་མ་འབྲེས་པའི་ཆ་མེད་ལ་སྤང་  
 བ་མེད་པའི་སྤྱིར། ཆ་མེད་པ་ལའང་སྤང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཇི་ལྟར་འཐད་པར་འགྱུར་  
 ཏེ་མི་སྤྱིད་པས་གལ་ཏེ་སྤང་བ་དང་ཆ་མེད་པར་ཡོད་པ་མཐོང་ན་བསྟན་བར་གྱིས་

ཏེ་བསྐྱེད་པར་མི་རྒྱས་སོ།།

གཉིས་པ་ནི། རྣམ་ཤེས་གཟུགས་ལུས་མེད་པ་ལ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་  
འབྲུད་པ་འཐད་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དེ། གཟུགས་མེད་པའི་ཕྱིར། རགས་པ་ལ་  
སྤང་པ་དགག་པ་ནི། རྩལ་དུ་མ་ཆོགས་པའི་རགས་པ་ལ་འང་སྤང་པ་རང་བཞིན་  
གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་དེ། དེ་ལ་བདེན་པའི་དངོས་པོ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ་སྤྲར་ནི་ཇི་ལྟར་  
ཆོགས་ཀྱི་ཆོགས་རྣམ་པར་དབྱུང་པ་བྱས་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་བཀག་པ་  
བཞིན་ནོ།།

གསུམ་པ་ནི། སྤྲར་བཤད་པ་ལྟར་ཡུལ་དབང་རྣམ་ཤེས་གསུམ་སྤང་པ་  
རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པ་དེ་ལྟར་ན་རེག་པ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡོད་པ་མིན་ན་  
ཆོར་བ་བདེན་པར་གྲུབ་པ་རྒྱ་གང་ལས་འབྱུང་བར་འབྱུར་ཏེ་རྒྱ་བརྩན་པ་ལ་  
འབྲས་བུ་བདེན་གྲུབ་བསྐྱེད་པའི་རྒྱས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཆོར་བ་རང་བཞིན་གྱིས་  
གྲུབ་པ་མེད་ན་དེའི་དོན་དུ་ངལ་བའམ་འབད་པ་འདི་ཅིའི་དོན་དུ་ཡིན་ཏེ་དོན་མེད་  
པས་སོ། །ཆོར་བ་སྐྱག་བསྐྱེད་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་སྤང་བའི་དོན་དུ་ངལ་བ་  
ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མི་འཐད་དེ་ཡུལ་གང་ལས་གང་ཟག་གང་ལ་གཞོད་པར་འབྱུར་ཏེ་  
ཆོར་བ་སྐྱག་བསྐྱེད་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། འཇིག་རྟེན་འདིར་  
ནི། སྐྱག་བསྐྱེད་ཕྱིར་བཅོས་ཀྱི་བདེ་བ་ཙམ་ཞིག་ཡོད་ཀྱི། སྐྱག་བསྐྱེད་རང་  
མཆོན་པ་ཡོད་པ་ལྟར། བདེ་བ་རང་མཆོན་པ་ནི་མེད་དོ། །དེའང་དབེར་ན། གང་  
བས་ཉོན་ནས་ཉི་མ་ལ་འང་བསྐྱེད་པའི་ཆོ་གང་བའི་སྐྱག་བསྐྱེད་ཅུང་ཟད་ཤུགས་

ཆུང་དུ་སོང་བའི་གནས་སྐབས་དེར་སེམ་པར་སྤྱོད་བའི་སྤྱོད་བྱེད་དེ་ཚོར་བ་བདེ་  
 བ་ཡིན་གྱི། དེའི་ཚེའང་གང་བས་ཉེན་པའི་སྤྱག་བསྐྱལ་ཡོད་དོ། སྤྱག་བསྐྱལ་དེ་  
 ཟད་མ་ཐག་པར་མ་ཆད་དུ་ཆོ་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་མགོ་བརྒྱུམས་འོང་བའི་ཕྱིར་  
 དེས་ན་བདེ་བར་འདོགས་པའི་གཞིར་སྤྱག་བསྐྱལ་དགོས་ལ། སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་སྒྲོ་  
 སྒྲེ་བའི་གཞིར་བདེ་བ་མི་དགོས་པས་སོ། །དཔེར་ན་སྤྲོན་པོ་དང་རིང་ཐུང་བཞིན་  
 བོ།།

ཚོར་བ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་པར་རྟོགས་ན་སྤྱེད་པ་ལྡོག་པར་  
 བསྟན་པ་ནི། གང་གི་ཚོ་ཚོར་བ་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་འགའ་ཡང་མེད་ཅིང་  
 ཉམས་སུ་སྤྱོད་བྱེད་ཚོར་བའང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཁོང་དུ་  
 ཆུད་པ་དེའི་ཚོ་ཚོར་བྱ་ཚོར་བྱེད་རང་བཞིན་མེད་པའི་གནས་སྐབས་འདི་མཐོང་  
 ནས་སྤྱེད་པ་ཅིའི་ཕྱིར་ལྡོག་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། བདེ་བ་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་སྤྱེད་པ་དང་  
 སྤྱག་བསྐྱལ་འབྲལ་འདོད་ཀྱི་སྤྱེད་པ་རྣམས་བདེན་འཛིན་གྱི་སྒྲོ་བས་ཀྱིས་འདྲེན་  
 པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ།།

གསུམ་པ་ནི། མིག་ཤེས་ཀྱིས་མཐོང་བའམ་ནི་ལུས་ཤེས་ཀྱིས་རེག་  
 པའང་རུང་སྤྱོ་ཚོར་བ་སྒྲེ་བའི་ཡུལ་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་སྤོང་པ་མི་ལམ་དང་སྤྱུ་  
 མ་དང་འདྲ་བའི་བདག་ཉིད་ཀྱིས་ཚོར་བའང་རང་བཞིན་མེད་དོ།།

བཞི་པ་ནི། ཚོར་བ་སེམས་དང་ལྷན་ཅིག་སྒྲེས་པའི་ཕྱིར་ཚོར་བ་སེམས་  
 དེ་ཡིས་རང་བཞིན་གྱིས་མཐོང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། རྩས་ཐ་དད་དུས་མཉམ་ལ་འབྲེལ་

བ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཚོར་བ་ལས་སྐྱབ་དང་། ཕྱི་མར་སྐྱེས་པས་ཀྱང་ཚོར་བ་དྲན་  
པར་འགྱུར་གྱི་སྤྱོད་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་དུས་ན་འགག་བ་དང་མ་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར་  
རོ།

དོན་བསྐྱབ་པ་ནི། ཚོར་བ་རང་གིས་རང་གི་བདག་ཉིད་སྤྱོད་བ་མིན་ཏེ།  
རང་རིག་བཀག་པས་ཁེགས་པའི་ཕྱིར། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གཞན་དག་  
གིས་ཀྱང་སྤྱོད་བ་མ་ཡིན་ཏེ། སྤྱོད་བྱ་སྤྱོད་བྱེད་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཚོར་  
བྱེད་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པར་མ་ཟད་ཚོར་བ་པོ་འགའ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་  
གྲུབ་པ་ཡོད་པ་མིན་ཏེ། གང་ཟག་གི་བདག་འགོག་པའི་སྐབས་སུ་བཀག་ཟིན་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་ཚོར་བ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་གྲུབ་པ་མིན་པ་དེ་ལྟར་རང་བཞིན་  
གྱིས་གྲུབ་པའི་བདག་མེད་པའི་ཡུང་པོའི་ཚོགས་འདི་ལ་ཚོར་བ་བདེ་བས་མན་པ་  
དང་སྐྱག་བསྐྱེལ་འདི་ཡིས་ཅི་སྟེ་གཞོན་པར་བྱ་བ་སྐྱག་བསྐྱེལ་རང་བཞིན་གྱིས་  
གྲུབ་པའང་མེད་པས་ཚོར་བ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའང་མེད་པའི་ཚོར་བ་དྲན་པ་  
ཉིད་གཞག་བསྒྲོམ་པ་ལ་འབད་པར་རིགས་སོ།

གསུམ་པ་སེམས་དྲན་པ་ཉིད་གཞག་བསྒྲོམ་པ་ལ། ཡིད་གྱི་ཤེས་པ་རང་  
བཞིན་གྱིས་མེད་པར་བསྟན་པ་དང་། རྣམ་ཤེས་ལྟ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་  
བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཡིད་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་དེ། དབང་པོ་  
དུག་པོ་རྣམས་ལའང་རང་བཞིན་གྱིས་མི་གནས་གཟུགས་སོགས་ཡུལ་དུག་ལ་  
རང་བཞིན་གྱིས་གནས་པ་མིན་ལ་དེ་དག་གི་བར་ན་འང་སྟེ་དེ་གཉིས་ཚོགས་པ་



ལའང་གནས་པ་མིན་ཏེ་དབྱ་མ་ལ་འདུག་པ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་ཤིང་རྟའི་  
 དབྱུང་པ་བདུན་དྲུག་པར་བྱའོ། །ཐུ་སྟེགས་པས་ནང་གི་བྱེད་པའི་སྐྱེས་བུར་  
 བཏགས་པའི་ནང་ནའང་སེམས་རང་བཞིན་གྱིས་གནས་པ་མིན་ལ། ཕྱི་ལག་པ་  
 སོགས་ལའང་གནས་པ་མིན་ཞིང་ཕྱི་ནང་ལས་གཞན་དུའང་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་  
 རྟེན་པ་མ་ཡིན་ལ། གང་ཞིག་ལུས་མིན་ཞིང་དེ་ལས་གཞན་དུའང་བདེན་པ་མིན་  
 ལ་སེམས་དེ་ལུས་དང་འདྲེས་པ་མིན་ཞིང་ལུས་ལས་ལོགས་སུའང་ཡན་དགར་  
 བ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་པ་དེ་ནི་ཅུང་ཟད་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡོད་  
 པ་མིན་པ་དེའི་ཕྱིར་སེམས་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་དེ་ཉིད་རང་བཞིན་སྤངས་ལས་  
 འདས་པའོ།།

གཉིས་པ་ནི། ཤེས་བྱ་ཡུལ་ལས་སྤར་དབང་ཤེས་ཡོད་ན་དེ་ནི་ཅི་ལ་  
 དམིགས་ནས་སྐྱེ་སྟེ་དམིགས་རྒྱུན་སྟོན་དུ་མ་སོང་བའི་ཕྱིར། ཤེས་དང་ཤེས་བྱ་  
 དུས་ལྟན་ཅིག་ན་དབང་ཤེས་དེ་ནི་ཅི་ལ་དམིགས་ནས་སྐྱེ་སྟེ་དབང་ཤེས་མ་སྐྱེས་ན་  
 དམིགས་རྒྱུན་མ་སྐྱེས་པས་བསྐྱེད་མི་རུས། དམིགས་རྒྱུན་སྐྱེས་ན་ཤེས་བའང་  
 སྐྱེས་ཟིན་པས་སྐྱེད་བྱེད་དུ་དགོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོན་ཏེ་དབང་ཤེས་ཤེས་  
 བྱའི་ཕྱིས་ཡོད་ན་དེའི་ཆོ་དབང་སོའི་ཤེས་པ་རྒྱུན་གང་ལས་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་སྟེ་  
 མི་འཐད་པའི་ཕྱིར། སྐད་ཅིག་སྤྲུལ་ཞིག་པ་ལས་སྐྱེ་ན། ས་བོན་ཆོག་པ་ལས་སྤྱུ་  
 གུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་དང་། སྤྲུལ་མ་མ་ཞིག་པ་ལས་སྐྱེ་ན། དུས་གཞན་གྱིས་བར་དུ་  
 ཆོད་མ་ཆོད་གཉིས་ལས། དང་པོ་ལྟར་ན། དངོས་སུ་སྐྱེ་བ་མི་སྲིད་བར་འགྱུར།

ཕྱི་མ་ལྟར་ན། བདག་ཉིད་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཐམས་ཅད་དུ་མ་ཆོད་བ་ཡིན་ན།  
དུས་གཅིག་ཏུ་འབྲེས་པར་འགྱུར་ལ། ཆོད་མ་ཆོད་ཆ་གཉིས་ཡོད་ན། བདེན་  
པར་གྲུབ་པ་ཉམས་པས་བདེན་མེད་དུ་གྲུབ་པོ།

བཞི་པ་ཆོས་དྲན་པ་ཉེར་གཞག་བསྒྲུབ་པ་ནི། སྤར་བཤད་པ་དེ་ལྟར་ཆོས་  
ཉམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲེ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་རྟོགས་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་  
ཏེ། འཕགས་པ་སྒྲོ་བློས་མི་ཟད་པའི་མདོ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར། འདུས་བྱས་  
དང་འདུས་མ་བྱས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་  
པར་རྟོགས་པར་བྱའོ།

གཉིས་པ་བདེན་གཉིས་མི་འཐད་པའི་རྩོད་པ་སྤང་བ་ལ། ཏ་ཅང་ཐལ་བ་  
སྤང་བ་དང་། ཐུག་མེད་དུ་ཐལ་བ་སྤང་བ་དང་། རོན་ཤེས་བདེན་པར་གྲུབ་པ་ལ་  
སྐྱབ་བྱེད་མེད་པར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་རྩོད་པ་ནི། གལ་ཏེ་སྤར་ཡུལ་ཡུལ་  
ཅན་སྤྱི་ལ་བཏགས་ནས་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པ་བཀག་པ་དེ་ལྟར་ན་  
ཀུན་རྫོབ་ཏུ་གྲུབ་པར་འདོད་པ་ལའང་སྒྲོན་དེ་མཚུངས་ཤིང་། རང་གི་མཆོན་ཉིད་  
ཀྱིས་གྲུབ་པ་མི་སྲིད་ན། ཆོས་གང་ཡང་བཞག་ས་མེད་པས་ཀུན་རྫོབ་མེད་པར་  
འགྱུར་ཞིང་། དེ་ལ་བདེན་གཉིས་གལ་ཡོད་དེ་གཉིས་ཀ་མེད་ལ། གལ་ཏེ་  
གཟུགས་སྒྲ་སོགས་སྒྲོ་ཀུན་རྫོབ་པ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པར་ཞེན་པའི་ངོར་  
བདེན་པར་ཡོད་པ་ཡིན་གྱི། ཡུལ་རང་གི་ངོས་ནས་བདེན་པར་མེད་པས་ཀུན་རྫོབ་  
ཏུ་ཡོད་པར་བྱེད་ཀྱིས་ཁས་སྤངས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་བྱེད་ཀྱི་ཀུན་རྫོབ་དེའང་

ཐག་པའི་ངོས་ནས་སྐྱུལ་དུ་མེད་ཀྱང་སྐྱུལ་དུ་ཞེན་པའི་ངོས་སྐྱུལ་དུ་ཡོད་པ་ལྟར་  
 རོ། །ཀུན་རྫོབ་དུ་ཡོད་པར་སློབ་གཞན་གྱིས་ཡོད་པར་སློམས་པ་ཙམ་གྱིས་བཞག་  
 པ་ཡིན་ལ་དེ་ལྟ་ན་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀུན་རྫོབ་དུ་འང་བྱ་ངན་ལས་ག་ལ་འདའ་སྟེ་  
 ཐར་པ་ཐོབ་མི་སྲིད་པར་ཐལ། ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་སྤྱན་ཅི་ལོག་གིས་སློམ་པ་ཙམ་  
 དུ་ཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན་ཐར་པ་ཐོབ་པའི་དོན་དུ་ལྷ་བ་གཏན་ལ་ཐབ་པ་དོན་  
 མེད་པར་ཐལ་ལོ་ཞེ་ན།

ལན་ནི། དབུ་མ་པས་ཁས་སྒྲངས་པའི་ཀུན་རྫོབ་དུ་ཡོད་པའི་ཞེས་པ་འདི་  
 ནི་ཞེན་ཡུལ་ལ་འབྱུལ་བའི་སློབ་གཞན་བདེན་འཛིན་གྱི་སེམས་ཀྱི་རྣམ་རྟོག་གིས་  
 ཡོད་པར་སློམ་པ་ཙམ་དེ་ནི་དབུ་མ་པ་རང་གི་ལུགས་ཀྱི་ཀུན་རྫོབ་དུ་ཡོད་པའི་དོན་  
 མིན་ཏེ་རང་གི་ལུགས་ནི་གནས་ལུགས་རྟོགས་པའི་ལྷ་བའི་ཡུལ་དུ་འདོད་པའི་  
 ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པར་རྟོགས་པའི་ཕྱིས་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་ལ་  
 སོགས་པའི་བྱ་བྱེད་ཀུན་རྫོབ་པ་ཡོད་པ་དེ་མ་འཆོལ་བར་ཆད་མས་གྲུབ་པའི་ཚུལ་  
 གྱིས་ངེས་པ་ཡོད་པར་འཛོག་སྐབ་ན་དེ་ཀུན་རྫོབ་དུ་ཡོད་པའི་དོན་ཡིན་གྱི་དེ་ལྟར་  
 མིན་པར་རང་ལུགས་ལ་བྱ་བྱེད་ཆད་མས་གྲུབ་པར་འཛོག་མི་ཤེས་ན་ཀུན་རྫོབ་དུ་  
 གྲུབ་པའང་མེད་པ་ཉིད་དོ།

རང་ལུགས་ཀྱི་ཀུན་རྫོབ་འཛོག་ཚུལ་ནི་ཡུལ་ཅན་རྟོགས་པ་དང་བརྟག་  
 པར་བྱ་བ་ཡུལ་གཉིས་པོ་དག་ཙམ་ཤེས་ཤིང་། བྱེད་པོ་ལས་ལ་བརྟེན་བྱས་ཤིང་ཞེས་  
 སོགས་གསུངས་པ་ལྟར། གཉིས་པོ་པན་ཚུན་བརྟེན་པ་སྟེ་བསྟོས་ནས་འཛོག་པ་

ཡིན་གྱི་རང་གི་ངོ་བོས་གྲུབ་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དོ། ཁྱིལ་ར་འཛིན་ཏེན་གྱི་མ་  
སྟན་པའི་ཚད་མ་ལ་གྲགས་པ་བཞིན་དུ་མིང་ཙམ་ལ་བཞེན་ནས་རྣམ་པར་དབྱེད་པ་  
སྟེ་རྣམ་གཞག་ཐམས་ཅད་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ།

གཉིས་པ་ནི། གང་གི་ཆེ་ཆོས་རྣམས་ལ་བདེན་པར་ཡོད་མེད་རྣམ་པར་  
དབྱེད་པའི་རྣམ་དབྱེད་གྱིས་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་དབྱེད་པར་བྱེད་ན་དེའི་ཆེ་  
རྣམ་པར་དབྱེད་མཁན་གྱི་སྟོང་དབྱེད་བྱ་དེའི་ཁོངས་སུ་མི་གཏོགས་པས་དེ་བདེན་  
མེད་དུ་དབྱེད་དགོས་སམ་མི་དགོས། མི་དགོས་ན་གཞན་ལ་འང་མཚུངས་པས་  
ཐམས་ཅད་བདེན་མེད་ཡིན་པ་ཉམས། དགོས་ན་དབྱེད་བྱེད་དེའང་ནི་རྣམ་དབྱེད་  
གཞན་གྱིས་བདེན་མེད་དུ་དབྱེད་དགོས་པའི་ཕྱིར་ན། དབྱེད་བྱེད་ཐུག་པ་མེད་  
པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་ཚད་མ་དེ་ལ་དེ་ཉིད་བདེན་  
མེད་དུ་དབྱེད་བྱེད་གྱི་ཚད་མ་གཞན་མི་དགོས་པར་ཐལ། དབྱེད་བྱ་ཆོས་ཐམས་  
ཅད་བདེན་མེད་དུ་རྣམ་པར་དབྱེད་པ་བྱས་ནས་བདེན་མེད་དུ་རྣམ་པར་དབྱེད་པའི་  
ཚད་མ་དེ་ལ་ནི་དེའི་འཛིན་སྟངས་མ་ཡལ་བ་དེ་སྲིད་དུ་སྒྲུབ་ཡང་བདེན་མེད་དུ་  
དབྱེད་དགོས་པའི་རྟོན་ཆོས་ཅན་བདེན་གྲུབ་སྟོང་དེའི་ངོར་ཡོད་པ་མིན་པའི་ཕྱིར་  
དང་། ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་སྟོང་དུ་རྟོགས་པའི་གང་ཟག་དེ་ལ་རྟོགས་ཅིན་བྱེད་  
པ་མ་ཉམས་པའི་བར་ལ་འདི་བདེན་པར་གྲུབ་བམ་མ་གྲུབ་བམ་སྟམ་དུ་དབྱེད་  
པས་བྱེད་པར་དུ་བྱས་པའི་གཞི་ཆོས་ཅན་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་ལྟར་སེམས་

པའི་སྒོ་སྤྲུལ་མ་ཐག་བདེན་པར་མེད་སྟུང་པའི་བློ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་  
 རོ། །ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་ཀྱང་སྒོ་དེ་ཉིད་ཀྱང་ཆད་མ་གཞན་  
 གྱིས་བདེན་མེད་དུ་དཔྱོད་དགོས་ན་ཐུག་པ་མེད་པའི་སྒྲིན་དུ་བྱོང་ལ་འགྱུར་ཞིང་།  
 དཔྱོད་བྱེད་གཞན་དགོས་ན་བདེན་འཛིན་ཀྱན་བརྟགས་ལྷག་མ་ལུས་པར་འགྱུར་ན་  
 བདེན་འཛིན་ཀྱན་བརྟགས་མཛོན་གྱུར་མ་ཐལ་དག་ཆད་མ་སྤྲུལ་མ་དེ་ཉིད་གྱིས་  
 བསྒྲོག་ཟིན་པའི་ཕྱིར། རྟོན་ཆོས་ཅན་བདེན་པ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་ན་དགག་བྱ་དང་  
 བཀག་པ་གཉིས་ཀ་རང་བཞིན་ཉིད་གྱིས་མི་སྤྱེ་སྤྱེ་དེའང་རང་བཞིན་གྱི་མྱ་ངན་  
 འདས་པར་བཅོལ་ལ་དོན་དེ་རྟོགས་ནས་གོམས་པར་བྱས་པ་ལས་སྒོ་བྱར་དྲི་བལ་  
 གྱི་མྱ་ངན་འདས་ཐོབ་པར་ཡང་བཅོལ་དོ།།

གསུང་བ་ནི། དངོས་པོར་སྤྲུབ་གང་གི་ལྟར་ན། དོན་ཤེས་འདི་གཉིས་  
 བདེན་པར་གྲུབ་པ་དེ་ཉིད་ཤིན་ཏུ་དཀའ་བར་གནས་ཏེ། སྤྲུབ་བྱེད་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 གལ་ཏེ་ཤེས་པ་དེ་དང་ཆད་མ་བདེན་པར་གྲུབ་པའི་དབང་ལས་བདེན་གྲུབ་གྱི་དོན་  
 གྲུབ་འཛོག་གོ་ཞིན། བདེན་གྲུབ་གྱི་ཤེས་པ་ཡོད་པ་ཉིད་ལ་རྒྱབ་རྟེན་ཆད་མ་ཅི་  
 ཡོད་མེད་དེ་རང་རིག་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཤེས་པ་གཞན་གྱིས་རིག་ན་ཐུག་མེད་  
 དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། དོན་ཏེ་ཤེས་བྱ་དང་གཞལ་བྱ་བདེན་པ་བ་མཛོན་སུམ་དུ་  
 གྲུབ་པ་འདི་ལས་ཤེས་པ་གྲུབ་བོ་ཞིན། ཤེས་བྱ་ཡོད་པ་ལའང་རྒྱབ་རྟེན་ཅི་ཡོད་  
 ཆད་མས་འཛོག་ན། དེ་སྤྱེ་དོན་ཤེས་གཉིས་པན་ཚུན་བལྟོས་པའི་དབང་གིས་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར་གཉིས་ཀའང་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་པར་གསལ་བར་གྲུབ་པར་

འགྲུར་ཏེ། རིང་ཐུང་དང་པ་ཐོལ་དང་ཚུ་རོལ་བཞིན་ནོ།།

གཤམ་ཏེ་བྱ་མེད་ན་པ་ཡོད་པ་མིན་ཏེ། སར་འཛོགས་བྱེད་མེད་པས་སོ། །པ་  
མེད་ན་བྱ་དེ་ཉིད་གང་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། བྱ་མེད་པར་ནི་པ་  
མེད་པས་དེ་གཉིས་པན་ཚུན་བལྟོས་པས་བདེན་པར་མེད་པ་དེ་བཞིན་དོན་ཤེས་དེ་  
གཉིས་ཀྱང་བདེན་པར་མེད་པ་ཉིད་དོ། །གཤམ་ཏེ་ཐུ་གུ་ས་བོན་རང་བཞིན་གྱིས་  
གྲུབ་པ་ལས་སྐྱེས་པའི་ས་བོན་ཐུ་གུ་དེ་ཉིད་ཀྱི་རྟགས་ཡང་དག་ལས་རྟོགས་པ་སྟེ་  
དཔོག་རྒྱས་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་བྱ་ལས་སྐྱེས་པའི་ཤེས་པ་བདེན་པར་གྲུབ་པའི་  
ཤེས་བྱ་དོན་བདེན་གྲུབ་དེ་ཡོད་པ་ནི་ཅི་མི་རྟོགས་ཏེ་རྟོགས་དགོས་སོ་ཞེ་ན། མི་  
འཐད་དེ། ཐུ་གུ་ལས་ཇུས་གཞན་པའི་ཆད་མའི་ཤེས་པ་ཡིས་ཐུ་གུ་མཐོང་ནས་  
ས་བོན་ཡོད་ཅེས་རྟོགས་པར་འགྲུར་ནའང་གང་གི་ཕྱིར་ཤེས་བྱ་དེ་རྟོགས་པའི་  
ཤེས་པ་ཡོད་པ་ཉིད་ཆད་མ་གང་ལས་རྟོགས་ཏེ། རང་རིག་བཀག་ཟིན་པའི་ཕྱིར་  
དང་། རིག་བྱེད་གཞན་ཡང་ཁྱོད་ཀྱིས་ཁས་མ་སྒྲུངས་པའི་ཕྱིར་རོ།།

གསུམ་པ་བདག་མེད་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་གཏན་ཆོགས་དགོད་པ་ལ། རོ་རྩེ་  
གཟེགས་མའི་གཏན་ཆོགས་དང་། རྟེན་འབྲེལ་གྱི་གཏན་ཆོགས་དང་། ཡོད་མེད་  
སྐྱེ་འགོག་གི་གཏན་ཆོགས་སོ། །དང་པོ་ལ། རྒྱ་མེད་དུ་སྐྱེ་བ་དགག་པ་དང་།  
རྟག་པའི་རྒྱ་གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་པ་དང་། གཙོ་བོ་རྟག་པ་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་  
པ་དང་། རྒྱ་མེད་དགག་པའི་དོན་བསྟུ་བ་དང་། བདག་གཞན་གཉིས་ཀ་ལས་སྐྱེ་  
བ་དགག་པའོ། །དང་པོ་ནི། རྒྱང་འཕེན་པ་སོགས་ན་རེ། མ་བྱུང་མཛོངས་བྱ་བོ་

ལ་སོགས་པ་འགའ་ཞིག་གིས་བྱེད་པར་མ་མཐོང་ལ། བསྐྱེད་འདབ་མའི་རྩལ་པ་  
 དང་འཇམ་ཤ་སོགས་དང་། ཚར་མའི་རྫོག་སོགས་བྱེད་པ་པོ་སྤུས་ཀྱང་མ་བྱས་  
 བསའོ་ཐོ་ཉིད་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་མི་འཐད་དེ། རེ་ཞིག་འཇིག་རྟེན་  
 བའི་མཛོན་སྤུས་གྱིས་སྟོན་ཐོག་ལ་སོགས་པ་བྱི་ནད་གི་དངོས་པོ་ཕལ་ཆེ་བ་ལ་  
 སྐྱེད་བྱེད་གྱི་རྒྱ་རྣམས་ཐམས་ཅད་མཐོང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། བསྐྱེད་སྐྱོང་བྱའི་  
 ཁ་དོག་དང་འདབ་མའི་གྲངས་སོགས་འབྲས་བུའི་དབྱེ་བ་ནི་རྒྱུའི་དབྱེ་བ་མི་འདྲ་  
 བས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ལ་རྒྱུའི་དབྱེ་བ་མི་འདྲ་བ་གང་གིས་བྱས་ཤེ་ན་སྤར་གྱི་རྒྱ་མི་  
 འདྲ་བའི་དབྱེ་བ་ཉིད་ལས་སོ། །ཅིའི་ཕྱིར་རྒྱ་མི་འདྲ་བས་འབྲས་བུ་མི་འདྲ་བ་  
 བསྐྱེད་ནུས་ཤེ་ན། དེ་ལྟར་མི་ནུས་པའི་སྟོན་མེད་དེ། སྤར་གྱི་རྒྱུའི་མཐུ་ཉིད་ལས་  
 རྒྱ་མི་འདྲ་བ་སོ་སོ་བས་འབྲས་བུ་མི་འདྲ་བ་སོ་སོར་བསྐྱེད་ནུས་པའི་ཕྱིར། དེས་  
 ན་དངོས་པོ་འདི་རྣམས་ཆོས་ཅན། རྒྱ་མེད་མ་ཡིན་ཏེ། ཡུལ་དུས་རེས་འགའ་  
 སྐྱེས་བར་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ།

གཉིས་པ་ལ། དབང་ཕྱུག་གི་དོན་ངོས་ལ་དགག་པ་དང་། རྟག་བ་ཡིན་  
 ན་རྒྱུན་ལྷན་ཀུན་གྱི་རྒྱར་མི་རུང་བ་དང་། རུལ་ཕན་རྟག་པ་རྒྱ་ཡིན་པ་དགག་པ་  
 ལག་ཟེན་བྱས་པ་དང་སྤར་བའོ། །དང་པོ་ནི། རིགས་པ་ཅན་པ་དང་། བྱེ་བྲག་པ་  
 དང་། གྲངས་ཅན་གྱིས་སྟོགས་གཅིག་དབང་ཕྱུག་ལྟར་ཁས་ལེན་པ་དག་ན་  
 རེ། དབང་ཕྱུག་རང་བྱུང་གི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་དེས་གནས་ལུས་ལོངས་སྟོང་  
 ཐམས་ཅད་སྟོ་སྟོན་དུ་བཏང་ནས་བྱས་པ་ཡིན་པས་འགྲོ་བའི་རྒྱ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། རེ་

ཞིག་དབང་ཕྱག་གི་དོན་གང་ཞིག་ཡིན་སྟོན་ཤིག་ཅེས་བྲིས་པས་ས་ལ་སོགས་པའི་  
འབྱུང་བ་རྣམས་འཕེལ་འགྲིབ་ལས་འབྲས་བུ་འཕེལ་འགྲིབ་བྱེད་པས་འབྱུང་བ་  
ལ་ཟེར་རོ་ཞེས། དེ་ལྟ་མོད་འབྱུང་བ་འཕེལ་འགྲིབ་ལས་འབྲས་བུ་འཕེལ་འགྲིབ་  
ཏུ་འབྱུང་བ་ཁོ་ལོ་ཅག་ཀྱང་འདོད་མོད་གྱི། དོན་ཁྱད་པར་མེད་པའི་མིང་མི་འདྲ་  
བ་ཙམ་ལའང་དབང་ཕྱག་བསྐྱབ་པའི་ཆོགས་ཆེན་པོས་ཅི་ཞིག་ངལ་ཏེ་ངལ་བ་  
བྱེད་མི་རིགས་པར་ཐལ། ཏྲག་མི་ཏྲག་སོགས་དོན་གྱི་ཁྱད་པར་ཆེན་པོ་ཡོད་ན་  
འདི་དབང་ཕྱག་ཏུ་མི་རིགས་པ་ནི་འོན་ཀྱང་ཞེས་བཤོ།

ས་སོགས་འབྱུང་བ་རྣམས་རྒྱས་དུ་མའི་རང་བཞིན་དང་སྐྱེ་འཛིན་བྱེད་  
པའི་མི་ཏྲག་པ་དང་འབྲས་བུ་བྱེད་པ་ལ་སློ་སྟོན་དུ་གཏོང་བའི་གཞུང་བ་མེད་པ་  
དང་། འབྱུང་བ་ལྟ་མིན་ཞིང་ཀྱང་བ་སོགས་ཀྱི་འགོ་མ་བྱ་ཉིད་དང་མི་གཙང་བ་  
ཡིན་པས། དེ་ནི་དབང་ཕྱག་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཏྲག་པ་དང་གཅིག་ཕུ་དང་།  
འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པ་ལ་སློ་སྟོན་དུ་གཏོང་བ་དང་། ལྷར་ཁས་སྦྱངས་ཤིང་མི་གཙང་  
བ་དང་འགོ་མ་བྱ་མིན་པར་ཁས་སྦྱངས་པའི་ཕྱིར། རྣམ་མཁའ་དབང་ཕྱག་གོ་ཞེ་  
ན། རྣམ་མཁའ་ཆོས་ཅན། དབང་ཕྱག་མིན་ཏེ། འབྲས་བུའི་དོན་དུ་གཞུང་བ་མེད་  
པའི་ཕྱིར། བདག་ཏྲག་པའང་དབང་ཕྱག་མིན་ཏེ། དེ་བཅས་རིག་གཉིས་ཀ་སྤར་  
ནས་བཀག་ཟེན་པའི་ཕྱིར། དབང་ཕྱག་དེ་བསམ་བྱ་མིན་པའི་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་པས་  
སྟོན་དེ་དག་མེད་དོ་ཞེས། དེའང་བསམ་བྱ་མིན་པ་བྱེད་པ་པོར་བརྟེན་པས་ཅི་ཞིག་  
བྱ་བྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་དབང་ཕྱག་སུ་ཡིན་མི་ཤེས་པས་བསམ་དུ་མེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་



རྟོ།

གཉིས་པ་ནི། ཚོར་བ་བདེ་ཕྱག་སོགས་ནི། སྔོན་གྱི་ལས་ལ་སོགས་པ་  
 ལས་སྐྱེས་པ་ཡིན་ན། ཁྱོད་འདོད་པའི་དབང་ཕྱག་དེས་བསྐྱེད་པར་འདོད་པའི་  
 འབྲས་བུ་གང་ཞིག་ཡིན་དེས་པས་བདག་གོ་ཞེ་ན། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ།  
 བདག་དེ་དང་ས་སོགས་དང་། དབང་ཕྱག་རང་གི་རིགས་འདྲ་ཕྱི་མའི་ངོ་བོ་འང་  
 རུང་སྟེ་དབང་ཕྱག་གིས་བྱས་པ་མིན་པར་ཐལ། བདག་དང་འབྲུང་བཞིའི་རྒྱལ་  
 སུན་དང་། དབང་ཕྱག་སོགས་ཉག་པ་མིན་ནམ་སྟེ་ཉག་པར་ཁས་སྤྲངས་པས་དེ་  
 དག་ལ་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་སྔོན་སྤྲང་དབང་པོའི་ཤེས་  
 པ་སོགས་ཤེས་བྱ་སྔོན་པོ་སོགས་ལས་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར་དང་། ཐོག་མ་མེད་པའི་  
 རྒྱུ་ནས་ཚོར་བ་བདེ་ཕྱག་དགོ་མི་དགོའི་ལས་ལས་སྐྱེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 དབང་ཕྱག་དེ་ཡིས་འབྲས་བུ་གང་ཞིག་བསྐྱེད་པ་སྒྲིམ་ཤིག་སྟེ། དེས་བསྐྱེད་པའི་  
 འབྲས་བུ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ།

ཁྱུ་དབང་ཕྱག་ཉག་དངོས་ཡིན་པས་དེ་ལ་ཐོག་མ་མེད་པ་ཡིན་ན་ད་ལྟར་  
 གྱི་ཚོར་བ་སོགས་འབྲས་བུའི་ཐོག་མ་ག་ལ་ཡོད་དེ། དེ་རིང་གི་ཚོར་བ་འང་ཐོག་  
 མ་མེད་པའི་རྒྱུ་ནས་བསྐྱེད་པའི་དངོས་ཁྱུ་རྒྱུས་པ་ཐོག་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དབང་  
 ཕྱག་དེས་འབྲས་བུ་ཐམས་ཅད་རྒྱུ་ཉག་ཏུ་ཅིའི་ཕྱིར་བྱེད་པ་མིན་ཏེ། དེ་ནི་འབྲས་  
 བུ་ཐམས་ཅད་བྱེད་པ་གང་ཞིག་རྒྱུན་གཞན་ལ་བལྟས་པ་མིན་པའི་ཕྱིར། དེར་  
 ཐལ། དབང་ཕྱག་དེས་བྱས་པ་མིན་པའི་འབྲས་བུ་གཞན་ཡོད་པ་མིན་ན་དབང་

ཕྱག་དེས་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པ་འདི་རྒྱུན་གང་ལ་བསྐྱོས་པར་འགྱུར་ཏེ་ལྷན་ཅིག་  
བྱེད་རྒྱུན་དུ་འདོད་པ་དེའང་དབང་ཕྱག་གིས་བྱ་དགོས་ཤིང་དེས་བྱས་པས་ཆོག་  
པའི་ཕྱིར། དབང་ཕྱག་གིས་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པ་གལ་ཏེ་ལྷན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུན་ལ་  
བསྐྱོས་ན་ཉེར་ལེན་དང་ལྷན་ཅིག་བྱེད་རྒྱུན་ཆོག་པས་པ་ཉིད་རྒྱ་ཡིན་པར་འགྱུར་གྱི་  
དབང་ཕྱག་རང་དབང་ཡོད་པའི་རྒྱ་མིན་པར་ཐལ། རྒྱ་རྒྱུན་ཆོག་པས་ན་དབང་ཕྱག་  
ལ་འབྲས་བུ་མི་བསྐྱེད་པའི་དབང་མེད་ཅིང་ཆོག་པས་པ་དེ་མེད་པར་ནི་དབང་ཕྱག་  
གིས་ཀྱང་བསྐྱེད་པའི་དབང་ཡོད་པ་མིན་པའི་ཕྱིར། གལ་ཏེ་དབང་ཕྱག་མི་འདོད་  
བཞིན་དུ་འབྲས་བུ་དཔྱལ་བའི་ཕྱག་བསྐྱེད་སོགས་ལས་ཀྱིས་བྱེད་ན་དབང་ཕྱག་  
དེ་གཞན་གྱི་དབང་ཅན་དུ་ཐལ་པར་འགྱུར་བས་རང་དབང་དུ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱེད་  
པ་པོ་ཡིན་པ་ཉམས་སོ། །དབང་ཕྱག་དེ་འབྲས་བུ་བྱེད་འདོད་ནས་འབྲས་བུ་བྱེད་  
ནའང་འབྲས་བུ་འདོད་པ་ཙམ་ལ་རག་ལས་པར་འགྱུར་ལ། འདོད་པས་འབྲས་  
བུ་བྱེད་ནའང་དེ་དབང་ཕྱག་གལ་ཡིན་ཏེ། འདོད་པ་མི་རྟག་པ་ཡིན་པས་སོ། །

གསུམ་པ་ནི། བྱེད་བྱ་པ་གང་དག་རྒྱལ་ཕྱན་རྟག་པ་འགྲོ་བ་སྤྲོ་ཆོག་པས་ཀྱི་  
བྱེད་པ་པོར་སྤྲོ་བ་དེ་དག་ཀྱང་ནི་སྤྲོ་རྒྱལ་ཕྱན་ཆ་མེད་འགོག་པའི་རིགས་པས་  
བསྐྱོག་ཟེན་པས་ཤི་ཟེན་པ་ལ་བསྐྱེད་མི་དགོས་སོ། །

གསུམ་པ་ལ། འདོད་པ་དགོད་པ་དང་། དེ་སྤྲོ་དབྱུང་བའོ། །དང་པོ་  
ནི། བྱངས་ཅན་པ་ན་རེ། རང་བཞིན་ལས་ཆེན་དེ་ལས་ང་རྒྱལ་ཏེ། །དེ་ལས་  
ཆོག་པ་ནི་རྣམ་པ་བཅུ་དྲུག་འབྱུང་། །བཅུ་དྲུག་པོ་ནི་རྣམ་པར་འགྱུར་བ་སྟེ། །



པོའི་རྣམ་འགྱུར་དུ་ཁས་སྒྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །སེམས་མེད་བཅས་པོ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། གོས་ལ་སོགས་པ་ལ་ཆོས་ཅན། བདེ་སོགས་གྲུབ་བདེ་མཆོག་གཅིག་གི་  
 རང་བཞིན་དུ་ཡོད་པར་སྲིད་པའང་མིན་པར་ཐལ་ལོ། །གོས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་  
 འགྱུར་གྱི་དངོས་པོ་རྣམས་བདེ་སོགས་དེའི་རྒྱུ་རྐྱེད་རང་བཞིན་དུ་བདེན་ན། དངོས་  
 པོ་རྣམས་བདེན་པར་གྲུབ་པ་རྣམས་པར་དབྱུང་ཐིན་པ་མིན་ནམ་སྟེ་བདེན་པ་བཞག་  
 ཐིན་པའི་ཕྱིར། བྱིད་ཀྱི་ལྟར་ན་སྣམ་སོགས་ཀྱི་རྒྱུའང་བདེ་སོགས་ཆ་མཉམ་པའི་  
 གཞོ་བོ་ཉིད་ཡིན་ན་གཞོ་བོ་དེ་ལས་སྣམ་སོགས་འབྱུང་བའང་མེད་དེ་གཞོ་བོ་མི་  
 སྲིད་པའི་ཕྱིར། སྣམ་སོགས་ལས་ནི་བདེ་སོགས་སྟེ་བ་ཡིན་ན་ཕྱིས་སྣམ་བྱ་  
 སོགས་དེ་མེད་པའི་ཕྱིར་ན་བདེ་སོགས་ཆ་མཉམ་པའི་གཞོ་བོ་འང་མེད་པར་  
 འགྱུར་ཏེ། རྒྱ་མེད་པའི་འབྲས་བུ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར། འདོད་མི་རིགས་ཏེ། གཞོ་  
 པོ་རྟག་དངོས་སུ་ཁས་སྒྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ནི། བདེ་སོགས་ཀྱི་རང་བཞིན་རྟག་པ་ཉིད་དུ་འང་ནམ་ཡང་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཆད་མས་དམིགས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། གལ་ཏེ་བདེ་བའི་གསལ་པ་རྟག་པའི་དངོས་སོར་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་ན་སྟག་  
 བསྐྱལ་སྟེས་པའི་དུས་ནའང་བདེ་བ་ཕྱོད་བཅི་ཕྱིར་འཛིན་མ་ཡིན་ཏེ་འཛིན་པར་  
 ཐལ་ལོ། །དེའི་ཆོ་བདེ་བ་དེ་ཉིད་སྤྱོད་ཀྱི་དེ་རགས་པ་དང་དེ་དོར་ནས་སྤྱ་  
 བའང་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཏེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྟག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བདེ་སོགས་སྤྱ་  
 བ་དེ་དོར་ནས་རགས་པ་དང་། རགས་པ་དོར་ནས་སྤྱ་བར་འགྱུར་བས་ཏེ་འགྱུར་

བའི་སྤྱིར། སྤང་རགས་དེ་དག་མི་རྟག་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བར་ཐལ་ལོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ནི་ཆོས་ཅན། མི་རྟག་པ་ཉིད་དུ་ཅིས་མི་འདོད་དེ་འདོད་  
རིགས་པར་ཐལ། རང་བཞིན་གཞན་དང་གཞན་དུ་འགྱུར་བའི་སྤྱིར། རགས་པ་  
བདེ་བ་ལས་གྲུབ་བདེ་ལྡན་གཞན་ནས་ལྡན་མིན། དང་པོ་ལྟར་ན། རགས་  
པ་ལོག་ཀྱང་བདེ་བ་སྤྱིར་བར་འགྱུར་བས་བདེ་བ་གསལ་བར་སྤྱིར་བ་རགས་པ་  
ཉིད་ཡིན་པ་ཉམས་སོ། །ལྡན་གཞན་མིན་ན་བདེ་བའང་གསལ་བར་མི་རྟག་པ་  
ཉིད་དུ་འགྱུར་ཏེ། རགས་པ་འགགས་ན་བདེ་བའང་འགགས་པས་སོ། །འདོད་  
ན་བདེ་སོགས་ཀྱི་རང་བཞིན་རྟག་པ་ཉམས་སོ། །

གསུམ་པ་ནི། གལ་ཏེ་སྤྱི་ན་རྒྱ་དུས་ན་ཡོད་དགོས་པས་རྒྱ་དུས་ན་མེད་པ་  
འགའ་ཡང་ནི་སྤྱི་བ་མིན་ཏེ། རྒྱའི་རང་བཞིན་དུ་མེད་པའི་སྤྱིར་ཞེས་འདོད་ན།  
ཁྱོད་ཀྱི་སྤྱི་བའི་དོན་གང་ཡིན། རང་བཞིན་སྤྱིར་ཡོད་ཀྱང་གནས་སྐབས་སྤྱོད་ལུ་  
དུ་སྤྱིར་མི་གསལ་བ་མངོན་པར་གསལ་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མངོན་པར་གསལ་བ་རྒྱ་  
དུས་ན་མེད་པར་སྤྱི་བ་ནི་ཁས་སྤངས་པས་སྤྱིར་མེད་གསར་སྤྱིའི་འབྲས་བུ་ཁྱོད་མི་  
འདོད་ཀྱང་གནས་པ་ཉིད་དུ་དོན་ཁས་སྤངས་ནས་ཐ་སྦད་མི་འདོད་པ་ཅམ་དུ་ཟད་  
དོ། །ཡང་ན་གསལ་བ་སྤྱི་ན་མ་འགྱུར་སྤྱིར་མེད་གསར་སྤྱི་ཁྱོད་མི་འདོད་ཀྱང་  
གནས་པ་ཁས་སྤང་དགོས་སོ་ཞེས་པ་འདོད་དོ། །གལ་ཏེ་རྒྱ་ལ་འབྲས་བུ་རང་བཞིན་  
ཐ་མི་དད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་གནས་ན་ཟན་ཟ་བ་མི་གཙང་བ་ཟ་བར་འགྱུར་བར་ཐལ། ཟན་  
བྱི་རང་བཞིན་དང་མི་གཙང་བའི་རང་བཞིན་ཆ་མེད་ཀྱི་གཅིག་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

གཙོ་བོ་དེ་ཉིད་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་གནས་ལུགས་དང་དོན་དམ་པ་  
དང་། ཆ་མེད་ཀྱི་རྟག་པར་ཁས་སྒྲུངས་ལ། ཟན་གྱི་རང་བཞིན་དང་མི་གཙང་  
བའི་རང་བཞིན་གཅིག་ཏུ་ཁས་སྒྲུངས་པས་སོ།།

གཞན་ཡང་རས་གོས་ཀྱི་རིན་གྱིས་རས་བལ་གྱི་ས་བོན་ཉོས་ལ་བགོ་བར་  
བགྱིས་ཏེ། གྲོན་པས་ཆོག་པར་ཐལ། རས་གོས་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་རས་བལ་གྱི་  
ས་བོན་གྱི་རང་བཞིན་ཆ་མེད་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གལ་ཏེ་དེ་གཉིས་རང་བཞིན་  
གཅིག་ཡིན་ཀྱང་འཛིག་རྟེན་སྒྲོལ་པས་རྒྱ་དུས་ན་འབྲས་བུ་ཡོད་པ་མ་མཐོང་  
བས་ན་རས་བལ་གྱི་ས་བོན་མི་གྲོན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འོ་ན་གངས་ཅན་ཁྱོད་ཀྱི་སྟོན་  
པ་བྱང་སྟོང་སྒྲིང་སྒྲིལ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པར་འདོད་པས། རྒྱ་དུས་  
ན་འབྲས་བུ་ཡོད་པའི་དེ་ཉིད་ཤེས་པ་ཉིད་ཀྱིས་བཞག་པ་དེ་ཉིད་ཁྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་  
ཤེས་པས་ཁྱོད་ཟན་ཟ་བ་མི་གཙང་བ་ཟ་བ་སོགས་སུ་འགྱུར་རོ། །ཁྱོད་ཀྱི་ལུགས་  
ཀྱིས་འཛིག་རྟེན་པ་ལའང་ནི་དེ་ཉིད་ཤེས་པ་ཡོད་པས་རྒྱ་དུས་ན་འབྲས་བུ་ཡོད་  
པ་ཅི་སྟེ་མཐོང་མ་ཡིན་ཏེ་མཐོང་བར་ཐལ། རྒྱ་དུས་ན་འབྲས་བུ་ཡོད་པ་གངས་  
ཅན་གྱིས་བཞག་པ་དེ་ཤེས་པའི་ཕྱིར། ཡང་རྒྱང་པ་སྟེ་མ་ལ། དེ་ཉིད་ཤེས་པར་  
འདོད་པའི་ཁྱོད་ཀྱི་སྟོན་པས་ཀྱང་རས་བལ་གྱི་ས་བོན་མི་གྲོན་པར་རས་གོས་ནན་  
གྱིས་གྲོན་པར་མཐོང་བས་རྒྱ་དུས་ན་འབྲས་བུ་མེད་པར་གསལ་ལོ། །གལ་ཏེ་  
འཛིག་རྟེན་པས་མཐོང་བ་ཆོད་མ་ཉིད་མིན་པས་ན་མི་རྟོག་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འོ་ན་  
འཛིག་རྟེན་པས་གསལ་བ་རྣམས་འགྱུར་མངོན་དུ་གྱུར་པའི་རང་བཞིན་མཐོང་བའང་

བདེན་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འཇིག་རྟེན་པས་མཛོད་བཟོད་མ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
རྟོ།

གཉིས་པ་དབྱུ་མ་པ་ལ་སྒྲོན་མི་མཚུངས་པ་ནི། གལ་ཏེ་བྱོད་ལྟར་ནའང་  
ཚད་མ་དོན་དམ་པར་ཚད་མ་མིན་ན་བརྟན་པའི་ཚད་མ་དེས་གཞལ་བྱ་གཞལ་  
བའང་གཞལ་བ་ལྟར་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་བརྟན་པར་མི་འགྱུར་རམ་སྟེ་  
འགྱུར་བར་ཐལ། འཇལ་བྱེད་ཚད་མ་བརྟན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ལྷ་མཚན་དེ་ཉིད་  
དུན་བྱོད་འདོད་པའི་སྟོང་བ་ཉིད་བསྒྲོམ་པ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་མི་འཐད་པར་འགྱུར་  
ཏི། དེ་འཇལ་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་བརྟན་པ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཤེས་བྱ་ཆོས་  
ཅན། ཁོ་བོ་ཅག་ལ་སྟོང་ཉིད་འཇལ་བའི་ཚད་མ་བརྟན་པ་དང་། དེས་བཞག་པའི་  
སྟོང་བ་ཉིད་ཀྱང་བརྟན་པ་ཡིན་པ་ཆེས་འཐད་དེ་རྟོག་པས་བདེན་པའི་དངོས་པོ་  
བཀག་པའི་བཀག་པ་ངེས་པ་དེ་དགག་བྱའི་རྣམ་པ་ཤར་བ་ལ་རག་ལས་པའི་ཕྱིར།  
དེར་ཐལ། བརྟགས་པའི་དངོས་པོ་བདེན་གྲུབ་ལ་རྟོག་པས་མ་རེག་པར་ཏེ་བདེན་  
གྲུབ་ཀྱི་རྣམ་པ་མ་ཤར་བར་བདེན་སྟོང་དེའི་དངོས་མེད་བདེན་མེད་དེ་རྟོག་པས་  
འཛིན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེའི་ཕྱིར་དགག་བྱ་བརྟན་པའི་དངོས་པོ་གང་ཡིན་པ་དེ་  
མི་སྲིད་པས་དགག་བྱ་དེ་བཀག་པ་དེའི་དངོས་མེད་དེ་གསལ་བར་བརྟན་ནོ། །སྟེ་  
མའི་དཔེ་ནི་རྟོག་པ་ལ་མོ་གཤམ་གྱི་བྱའི་རྣམ་པ་མ་ཤར་བར་མོ་གཤམ་བྱའི་བའི་  
རྣམ་པ་མི་འཆར་བ་བཞིན་ནོ།

དགག་བྱ་བཀག་པའི་བདེན་སྟོང་བདེན་པར་གྲུབ་ན། རིགས་ཤེས་རྗེས་

དཔག་ལ་བདེན་སྟོང་སྟོང་བ་བདེན་པར་བྱ་བ་དགོས་ལ། དེ་ལྟ་ན་ཡ་གྲུལ་བཀག་  
 བའི་ཚོགས་པ་མི་སྲིད་ཅིང་དེ་ལ་དགག་བྱ་བདེན་བ་སྟོང་བས་བདེན་སྟོང་ཡང་  
 བདེན་པར་བྱ་བ་དགོས་ལ། དེ་ལྟ་ན། བདེན་བྱ་བ་ཡོད་དགོས་ན་དེ་མེད་པའི་  
 སྤྱིར། དེ་བཀག་པའི་བདེན་སྟོང་ཡང་བརྟན་པ་ཡིན་གྱི་བདེན་པར་མ་བྱ་བ་ལོ། །  
 དེ་ནི་ཅུ་ཤེས་ལ། གལ་ཏེ་མི་སྟོང་ཅུང་ཟད་ཡོད། ཅེས་སོགས་ཀྱི་དོན་སྟོན་པ་ཡིན་  
 རོ། །བདེན་བྱ་བ་ཀྱི་དོན་སྤྱི་མ་ཤར་བར་བདེན་སྟོང་ལེགས་པར་མི་ངེས་  
 པས། སྟོང་ཉིད་ངེས་པ་དགག་བྱའི་ཚད་འཛིན་ལ་མཁས་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །རྒྱ་  
 མཚན་དེས་ན། དཔེར་ན། མི་ལས་དུ་བྱ་ཤི་བ་དམིགས་པ་ལ་བྱ་དེ་མེད་སྟེ་  
 པའི་རྣམ་རྟོག་ནི་བྱ་དེ་ཡོད་སྟེ་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་གོགས་ཡིན་ཀྱང་མི་ལས་  
 ཀྱི་སྤང་གཉེན་གཉིས་པོ་དཔང་བརྟན་པ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་གཉེན་པོ་བརྟན་པས་  
 སྤང་བྱ་བརྟན་པ་འཛེམས་པ་དང་། ཚད་མ་བརྟན་པས་གཞལ་བྱ་བརྟན་པ་འཇལ་  
 བ་མི་འགལ་ལ། བྱངས་ཅན་གྱིས་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་བདེན་བྱ་བ་ཏུ་ཁས་སྤངས་  
 པས་ཚད་མ་བརྟན་པ་འཛོག་མི་ཤེས་པས་མི་མཆུངས་སོ། །

བཞི་པ་ནི། རྒྱ་མཚན་དེ་བས་ན་སྤར་བཤད་པ་དེ་ལྟར་རིགས་པས་རྣམ་  
 པར་དབྱེད་པས་དབང་ཕྱུག་དང་གཙོ་བོ་སོགས་མི་མཐུན་པའི་རྒྱ་ལས་སྤྱི་བ་མི་  
 སྲིད་པར་མ་ཟད་འབྲས་བྱ་འགའ་ཡང་རྒྱ་མེད་ལས་སྤྱི་བའང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཞེས་  
 རྒྱ་མེད་ལས་སྤྱི་བ་ཞིགས་པའི་མཐུག་བསྐྱུས་པ་ཡིན་ནོ། །

ལྔ་པ་ནི། གཞུང་རྒྱུ་པ་བཞི་པོ་འདི་ལུ་གསུམ་ལས་སྤྱི་བ་བཀག་པའི་



མཐུག་སྐྱད་ལ་སྦྱར་ཡང་རུང་ཞིང་རང་གཞན་གཉིས་ཀ་ལས་སྦྱོར་བ་འགོག་པའི་  
 རིགས་པ་ལའང་སྦྱར་རོ། །ཐུ་གུ་ལ་སོགས་པའི་འབྲས་བུ་རྣམས་ཚུ་ལུང་འོད་  
 གཤེར་ལ་སོགས་པ་སོ་སོ་བ་རྣམས་ལ་གནས་པའང་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་རྒྱུན་  
 རྣམས་ལའང་རང་བཞིན་གྱིས་འཁར་གཞོང་ལ་རྒྱ་ལྷག་བརྟེན་པའི་ཚུལ་དུ་གནས་  
 པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡོད་ན་དམིགས་སུ་རུང་བ་ལས་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 དེའི་དུས་ནའང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུན་རྣམ་པར་མ་འགྱུར་བར་ཐུ་གུ་མི་སྦྱོར་བའི་  
 ཕྱིར་རོ།

རྒྱུན་དེ་རྣམས་ལས་གཞན་ནས་འོངས་པའང་མ་ཡིན་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་  
 བྱུང་བའི་ཚུལ་གྱི་བྱུང་བ་ཟིན་གནས་པ་མ་ཡིན་ཞིང་འགགས་ནས་གཞན་དུ་འགྲོ་  
 བའང་མ་ཡིན་པས་རང་བཞིན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་ལ། དེའི་ཕྱིར་བདག་ལས་སྦྱོར་  
 དང་གཞན་ལས་སྦྱོར་དང་བདག་གཞན་གཉིས་ཀ་ལས་སྦྱོར་བའང་མེད་དོ། །  
 མདོར་ན། སྤང་པོ་དང་གང་ཟག་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་སྦྱོར་བ་མེད་དེ།  
 བདག་ལས་ཀྱང་མི་སྦྱོར་གཞན་ལས་ཀྱང་མི་སྦྱོར་གཉིས་ཀ་ལས་ཀྱང་མི་སྦྱོར་  
 ལས་མི་སྦྱོར་བའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་ཕྱོགས་ཆོས་རྒྱས་པར་བསྐྱབས་པ་ཡིན་ནོ།

གཉིས་པ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་གཏན་ཆོག་སེལ་ནི། ཅོན་མོངས་ཅན་གྱི་མོངས་པ་  
 མ་རིག་པས་བདེན་པར་གང་བྱས་ཤིང་བདག་པའི་དངོས་པོ་འདི། སྦྱུ་མ་དང་  
 མི་ལམ་དང་གཟུགས་བརྟན་སོགས་ལས་ནི་བྱུང་ཅི་ཡོད་དེ། རང་བཞིན་གྱིས་  
 བྱུང་བས་སྤོང་བཞིན་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བར་སྦྱང་བའི་ཕྱིར། སྦྱུ་མ་མཁན་

གསུམ་པ་ཡོད་མེད་སྐྱེ་འགོག་གི་གདན་ཚིགས་ལ། གདན་ཚིགས་  
བསྐྱབས་ནས་སྐྱེ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བ་དགག་བ་དང་། དེས་འགག་བ་རང་  
བཞིན་གྱིས་བྱུང་བ་ཁེགས་ལ། དེས་ན་སྤྱིད་ཞི་མཉམ་བ་ཉིད་དུ་བྱུང་བའོ། །དང་  
པོ་ནི། དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་གྱུར་བ་ལ་རྒྱ་ཡིས་དགོས་བ་ཅི་ཞིག་  
ཡོད་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་བསྐྱེད་མི་དགོས་པའི་སྤྱིར་ནོ། །འོན་ཏེ་འབྲས་བུ་

དེ་ནི་མེད་ནའང་རྒྱ་ཡིས་དགོས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད་དེ་བསྐྱེད་མི་རུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 འབྲས་བུ་ཐམས་ཅད་རྒྱའི་དུས་ན་མེད་པ་སྐྱེ་བ་ལ་སྤྲུག་ཡིན་པས་དེ་འགོག་པ་མ་  
 ཡིན་གྱི་གཏན་མེད་སྐྱེ་བ་འགོག་པ་ཡིན་ནོ། །འབྲས་བུ་ཡོད་པ་སྐྱེ་བ་འགོག་པ་  
 དང་གངས་ཅན་རྒྱ་དུས་སུ་ཡོད་པར་འདོད་པ་དང་། བར་ཆེར་རང་བཞིན་གྱིས་  
 ཡོད་པར་འདོད་པ་འགོག་པ་ཡིན་གྱི། སྐྱེས་ཟིན་པའི་ཕྱིར་བསྐྱེད་མི་དགོས་པར་  
 འགྲུར་རོ་ཞེས་ཟེར་བ་ནི་རིགས་པའི་ལམ་ལས་འདས་པའོ། །དེས་ན། རང་  
 བཞིན་གྱིས་སྟོང་པའི་རྒྱ་འབྲས་སྐྱེ་མ་ལྟ་བུ་དང་གཟུགས་བརྒྱན་ལྟ་བུ་ལས་ལེན་  
 བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ།།

དངོས་མེད་རྒྱའི་བྱེད་པའི་ཡུལ་དུ་མི་རུང་བར་སྐྱབ་པ་ནི། ཡོད་པ་གྲུབ་  
 ཟིན་པས་བསྐྱེད་མི་དགོས་ཀྱང་། མེད་པ་ཅིའི་ཕྱིར་མི་འབྱུང་ཞེ་ན། བྱེ་བ་བརྒྱ་  
 སྤྲུག་རྒྱ་ཡིས་ཀྱང་དངོས་པོ་མེད་པ་དངོས་པོར་བསྐྱུར་དུ་མེད་དེ་དངོས་མེད་  
 དངོས་པོར་སུ་གང་གིས་ཀྱང་བྱ་བར་མི་རུས་པའི་ཕྱིར། འགྲུར་ན་དངོས་མེད་གྱི་  
 གནས་སྐབས་མ་བཏང་བའོ། །བཏང་ནས་ཡིན། དང་པོ་ལྟར་ན་དངོས་མེད་གྱི་  
 གནས་སྐབས་དེ་དངོས་པོ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཏེ་དོན་བྱེད་རུས་པ་དང་མི་རུས་པའི་གནས་  
 སྐབས་འགལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ལྟར་ན། དངོས་པོ་དང་དངོས་མེད་ལས་  
 དངོས་པོར་འགྲུར་རྒྱ་གཉིས་ལས་གཞན་ཡང་གང་ཞིག་ཡིན་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །གཞན་ཡང་དངོས་མེད་གྱི་གནས་སྐབས་མ་བཏང་ན་དངོས་པོར་མེད་པའི་  
 ཆོ་དངོས་པོར་ཡོད་པ་སྲིད་པ་མིན་ན། དངོས་པོ་ཡོད་པར་ནམ་ཞིག་འགྲུར་ཏེ་

མེད་པའི་དུས་ན་དངོས་པོ་མ་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དངོས་མེད་གི་  
གནས་སྐབས་བཏང་ནས་འགྱུར་ན། དངོས་པོ་སྐྱེས་པར་མ་གྱུར་པར། དངོས་  
མེད་དང་ནི་བྲལ་བར་མི་འགྱུར་ལ། དངོས་མེད་དང་ནི་མ་བྲལ་བ། དངོས་པོར་  
ཡོད་པའི་སྐབས་མི་སྲིད་དེ། གནས་སྐབས་གཉིས་འགལ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དངོས་  
མེད་དངོས་པོར་མི་འགྱུར་བ་དེ་བཞིན་དུ། དངོས་པོ་འང་དངོས་པོ་མེད་པར་  
འགྱུར་བ་མིན་ཏེ་བྱེད་དངོས་པོ་དང་བྱེད་དངོས་མེད་ཡིན་ན་གཅིག་ཉིད་རང་  
བཞིན་གཉིས་སུ་གྲུབ་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་པའི་ཕྱིར། རིགས་པ་འདི་དག་གིས་  
ཡེ་མེད་དང་དངོས་པོར་མེད་པ་མཐའ་དག་སྐྱེ་བ་བཀག་པ་ཡིན་ནོ། །ཟུ་གུ་ཆོས་  
ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་དེ། ཡོད་པ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའང་མི་  
སྐྱེ། མེད་པ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའང་མི་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་མོ་  
གཤམ་གྱི་བྱ་བཞིན་ནོ། །རྒྱུའི་དུས་ན་མེད་པ་སྐྱེ་བ་འགོག་པ་ནའང་། རྒྱུའི་དུས་ན་  
མེད་ཀྱང་སྐྱེས་པའི་ཆེ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་སྐྱེ་བ་འགོག་པ་ཡིན་པས་དགལ་  
བྱ་ལ་བྱད་པར་སྒྱུར་བའོ།

གཉིས་པ་ནི། སྒར་གོང་དུ་ཇི་སྐྱད་འཕད་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྐྱེ་བ་རང་བཞིན་  
གྱིས་མ་གྲུབ་པ་དེ་ལྟར་ན་འགལ་པ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡོད་པ་མིན་ཞིང་  
དངོས་པོ་འང་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མིན་པ་དེའི་ཕྱིར། འགྲོ་བ་འདི་དག་ཐམས་  
ཅད་ནི་རྟག་ཏུ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་སྐྱེས་པ་དང་། མ་འགལ་པ་ཉིད་དང་གཞོད་  
མ་ནས་ཞི་བ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་ཟུང་ན་ལས་འདས་པ་ཉིད་དོ།

གསུམ་པ་ནི། སྲིད་པའི་འགོ་བ་མི་ལམ་ལྟ་བུ་སྟེ་རང་བཞིན་ཅུང་ཟད་  
 གྲང་མེད་པ་ལ་བྱ་བྱེད་མ་འདྲེས་པ་སོ་སོར་གནས་པའི་ཕྱིར་རོ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་  
 དཔྱོད་པའི་རིགས་པས་རྣམ་པར་དབྱུད་ན་ཆུ་ཤིང་དང་འབྲས་སྟེ་ཆུགས་སྐབ་པ་ལྟར་  
 སྤང་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུབ་པའི་སྟོང་པོ་ཅུང་ཟད་གྲང་མེད་པའི་ཕྱིར།

དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་དབྱུད་པར་འགོ་མི་འགོ་མི་ས་ཆོགས་ནི། མིང་གི་ཐ་སྙད་  
 བཏགས་པ་ཅམ་གྱིས་མ་ཆོམ་པར་ཐ་སྙད་འཇུག་པའི་གཞི་ཇི་ལྟར་ཡོད་འཆོལ་  
 འདོད་ནས་དཔྱོད་པ་ན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་དཔྱོད་པར་འགོ་ལ། དེ་ལྟར་མིན་པར་ཐ་  
 སྙད་བཏགས་ཅམ་གྱིས་ཆོམ་ནས་ལྟས་བྱིན་འོངས་མ་འོངས་སོགས་དཔྱོད་པ་  
 ནི། ཐ་སྙད་གྱིད་བྱུད་པ་ཡིན་ནོ། །འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་སྲིད་པའི་འཆིང་  
 བ་ལས་གོལ་བའི་ཕྱ་ངན་ལས་འདས་པ་དང་འཁོར་བའི་བཙོན་རར་ཆུད་པའི་ཕྱ་  
 ངན་ལས་མ་འདས་པའང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་ནི་བྱུད་པར་མེད་དེ། སྲིད་པ་དང་ཞི་བ་  
 རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་མཆུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། ཉིང་ངེ་འཛིན་རྒྱལ་པོ་  
 ལས། སྲིད་པའི་འགོ་བ་མི་ལམ་ལྟ་བུ་སྟེ། །འདི་ལ་མི་སྟེ་སྟེ་སྟེ་ཡང་འཆི་བ་མེད།།  
 ཅེས་སོགས་དང་། འཕགས་པ་ཉི་བར་འཁོར་གྱིས་ཞུས་པ་ལས། ཆོས་གྱི་རང་  
 བཞིན་དག་ལ་གཞལ་བྱས་ནས། །འབྲས་སྟེ་ཀུན་མེད་འབྲས་སྟེ་ཐོབ་པའང་  
 མེད། ཅེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།

གསུམ་པ་དེས་ན་སྟོང་པ་ཉིད་རྟོགས་པ་ལ་འབད་རིགས་པར་གདམས་པ་  
 ལ། གདམས་པ་དངོས་དང་། འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་བསྟན་པའི་སྟོན་སྟེ་

སྤྱིར་རྗེ་ཆེན་པོའི་དམིགས་པ་བསྟན་པ་དང་། སྤྱིར་རྗེ་ཆེན་པོའི་རྣམ་པའི་འཛིན་  
སྟངས་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ། གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་བསྟན་པ་དང་། དེ་  
རྟོགས་པ་ལ་འབད་རིགས་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྤྱིར་གོང་དུ་རྗེ་སྤྱིར་བཏགས་པའི་  
ཚུལ་དེ་ལྟར་རང་བཞིན་གྱིས་སྤྱོད་པའི་དངོས་པོ་རྣམས་ལ་རང་བཞིན་གྱི་ངོས་  
ནས་གཞལ་ན་རྟེན་པ་གང་གིས་ཆགས་པར་འགྱུར་བ་ཐོབ་པ་ཅི་ཡོད་རྟེན་པ་གང་  
ཞིག་ཤོར་བས་ཁོང་ཁྱོ་སྤྱོ་བར་འགྱུར་བ་ཤོར་བ་ཅི་ཡོད་དེ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་  
ལ། གང་གིས་རིམ་གྱོ་བྱས་པའམ་ཡོངས་སུ་བརྟན་པའི་ཕན་པ་བྱས་པ་དང་  
གཞོད་པ་བྱས་པའང་ཅི་ཞིག་ཡོད་གང་ཞིག་ཐོབ་པ་དང་སྤྱིར་བའི་དོན་དུ་འབད་པ་  
བྱེད་པ་བདེ་བའམ་སྤྱག་བསྟུལ་གྱི་རྒྱ་བདེན་པ་བ་གང་ལས་ཡིན་འདོད་བྱ་མ་ཡིན་  
པ་དང་འདོད་བྱ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་མི་དགར་ཅི་ཡོད་དགར་ཅི་ཡོད་གནས་  
ལུགས་ཀྱི་དོན་ལ་དཔྱོད་པའི་རིགས་པས་དེ་ཉིད་དུ་ནི་བཙལ་བྱས་ན། སྤྱིང་བ་སྤྱོ་  
བའི་གཞི་གང་ལ་སྤྱོད་པ་པོ་གང་ཞིག་སྤྱོད་ཅིང་དམིགས་པ་གང་ལ་སྤྱོད་དེ།  
སྤྱིང་པའི་འཁོར་གསུམ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ།

དེ་ལྟར་ལས་དང་ལས་གསོག་པ་ལ་སོགས་པ་པོ་རྣམས་ལ་དབྱེད་ན་  
གསོན་པོའི་འཛིན་རྟེན་སེམས་ཅན་འདི་གང་ཞིག་སྤྱིང་པ་འདིར་ནི་འཆི་འགྱུར་ཏེ་  
འཆི་བ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཆེ་ཕྱི་མར་འབྱུང་འབྱུར་གང་ཡིན་སྤྱོ་  
བ་སྤྱི་མར་བྱུང་བྱུར་གང་ཕན་འདོགས་པའི་གཉེན་དེ་གང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་ཁལེས་  
ཀྱང་གང་ཞིག་ཡིན་ཏེ། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དོ། །དེ་ལྟར་

གནས་ལུགས་གྱི་དོན་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱས་ནས་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཆོས་བརྒྱད་རོ་  
སྟོང་ས་པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ།།

གཉིས་པ་ནི། དེ་ལྟར་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནས་མཁའ་དང་འདྲ་བར་ནི་  
གཞུང་རྩིས་པ་པོ་བདག་འདྲ་བས་ཡོངས་སུ་བཟུང་བར་བགྱིས་ཏེ། སྤྱིད་པའི་རྩ་  
བ་གཅོད་པ་དང་། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པར་བགྲོད་པའི་ལམ་གྱི་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་  
ཐུར་རོ། །བདག་འདྲ་བ་ནི་རྩིས་པ་པོའི་ཁོངས་སྐྱུང་བ་དང་གཙོ་བོ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
མ་རྟོགས་པའི་སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ལ་གདམས་པ་ཡིན་ནོ།།

གཉིས་པ་ལ། ཆོ་འདིར་ཉེས་དམིགས་དང་། འཛིག་རྟེན་སྤྱི་མཐུན་ཉེས་  
དམིགས་དང་། བདེ་འགྲོར་སྐྱེས་ཀྱང་དམ་པའི་ཆོས་སྐྱབ་པའི་ལོང་མེད་བསམ་  
པ་དང་། དལ་འབྱོར་ཁིན་ཏུ་རྟེན་དཀའ་བ་བསམ་པ་དང་། དེས་ན་རང་གཞན་  
འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྐྱེལ་གྱིས་མནར་བ་ལ་ཐྱུང་ན་བྱ་བར་འོས་པའོ། །དང་པོ་  
ནི། ཆོ་འདིར་ཡང་བདག་ཉིད་བདེ་བར་འདོད་ཀྱང་སྐྱག་བསྐྱེལ་གྱི་དབང་ལས་མ་  
འདས་ཏེ། རང་གཞན་རྣམས་ནི་བདེ་བར་འདོད་པས་དབྱེ་ལ་འཐབ་པ་དང་གཉེན་  
ལ་སྦྱོ་བའི་རྒྱ་དག་གིས་རབ་ཏུ་འབྲུག་པ་དང་དགའ་བར་བྱེད་ཅིང་འདོད་པ་མ་  
གྲུབ་ན་ཐྱུང་ན་དང་འདོད་པའི་དོན་དུ་འབད་རྩིས་བྱེད་པ་དང་གཞན་ལ་རྩོད་པ་  
དང་བདག་གཞན་ཐན་ཚུན་ལུས་གཙོད་པ་དང་འཕྲིགས་པ་དང་གཞན་ཡང་དག་  
ཡིད་ལ་སོགས་པའི་སྤྲིག་པ་མཐའ་ཡས་པ་བསགས་པ་དག་གིས་ནི་ཆོགས་ཆེན་  
པོ་འབྲས་བུ་མེད་པའི་དཀའ་བ་ཆེན་པོས་འཆོ་དགོས་པར་སྐྱང་བས་མཁས་པ་

དག་གིས་ཆེ་འདིའི་ཕུན་ཚོགས་ལ་སྲིད་པར་མི་བྱའོ།

གཉིས་པ་ནི། དག་གའི་མཁེས་གཉིན་དང་ལན་རེ་ཙམ་བྲད་པའི་སྟོབས་  
 གྱིས་བདེ་འགོར་སྟོག་འགྲུ་བ་བཞིན་དུ་དུས་ཅུང་ཟད་རེ་ཡང་དང་ཡང་འོངས་ཏེ་  
 བདེ་བ་མང་པོ་འོངས་སྟུང་སྟུང་ནས་ཡང་ཤིན་པ་འདྲ་སོང་གི་སྟུག་བསྐྱལ་རྒྱུ་པ་  
 ཆོ་བ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་ནི་ཡུན་རིང་པོ་བསྐྱལ་བ་མཐའ་ཡས་པའི་བར་དུ་དཔྱལ་  
 བ་ཆེན་པོ་མི་བཟད་པ་རྣམས་སུ་ལྷུང་ཞིང་། སྟུག་བསྐྱལ་མཐའ་ཡས་པ་ཉམས་སུ་  
 མྱོང་དགོས་པས་འདྲ་འགོའི་ཉེས་དམིགས་བསམ་པར་བྱའོ། །སྲིད་པ་སྲིད་ཉེས་  
 དམིགས་སེམས་པ་ནི། འདོད་པ་དང་གཟུགས་དང་གཟུགས་མེད་པའི་སྲིད་པ་ན་  
 མི། སྟུག་བསྐྱལ་གྱིས་གནོད་པའི་གཡང་ས་ཤིན་ཏུ་མང་སྟེ་དེ་དག་ལས་མི་འདའ་  
 པའི་རྒྱ་ནི་སྲིད་པ་དེར་ནི་སྟུག་བསྐྱལ་ལས་གྲོལ་བའི་ཐབས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཁོང་དུ་  
 རྒྱུད་པ་མིན་པར་སྲིད་པའི་ཞགས་པས་བཅིངས་པ་འདི་འདྲ་དང་ལྷན་པའི་སྐབས་  
 དེར་ཡང་ཕན་ཚུན་འགལ་བས་ན་སྟེ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཁོང་དུ་མ་རྒྱུད་ན་ཐར་པའི་རྒྱ་  
 དང་འགལ་བ་དངོས་པོ་བདེན་པར་སྟོབས་ཏུགས་ནས་འཁོར་བར་འཁོར་བ་འབའ་  
 ཞིག་ཏུ་ཟད་དོ། །སྲིད་པ་འཁོར་བ་ན་དེ་ཉིད་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པ་འདི་འདྲ་མེད་པས་  
 སྲིད་པ་དེར་ཡང་དཔེ་མེད་པའི་མི་ཟད་པའི་སྟུག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་མཆོ་མཐའ་ལས་  
 འདས་པ་ཉམས་སུ་མྱོང་བར་འགྱུར་བས་སྟོང་པ་ཉིད་རྟོགས་པ་ལ་འབད་པར་  
 རིགས་སོ།

གསུམ་པ་ནི། སྲིད་པ་དེར་ནི་བདེ་འགོར་སྟོག་གྲང་དེ་ལྟར་དག་གསུག་



བའི་སྟོབས་རྒྱུ་ཞིང་དེར་ནི་དགོ་བ་སྐྱབ་བའི་རྟེན་དལ་འབྱོར་གྱི་ཆོའང་ཐུང་བ་  
 ཉིད་དང་དེར་རྒྱུ་ཟད་གནས་བའི་སྐབས་སུའང་ཡུན་རིང་དུ་གསོན་དུ་རེ་བའི་  
 ཐབས་ཁྱུས་དང་སྐྱེ་མཉེ་སོགས་དང་ནད་མེད་གྱི་རྒྱ་སྒྲན་བསྟེན་བ་སོགས་བྱེད་བ་  
 དང་བགྲས་བ་དང་ལམ་གྱི་ངལ་བ་དང་གཉིད་དང་སྤྱི་ནད་གི་གནོད་བ་སྐྱ་ཆོགས་  
 བའི་ཉེ་བར་འཆོ་བ་དང་དེ་བཞིན་དུ་སྟོག་གོགས་གྱི་བྱིས་བ་དང་འགོགས་བ་  
 སོགས་དོན་མེད་གྱིས་ཆོས་བྱེད་བའི་ལོང་མེད་པར་ཆོ་འདི་དོན་མེད་ཐུར་པོར་ཉེ་  
 མགོགས་བ་འདའ་ཞིང་འཛིགས་པར་འགྱུར་ལ། སྟིད་བ་ལས་འདའ་བའི་རྒྱ་དེ་  
 ཁོན་ཉིད་གྱི་དོན་ལ་རྣམ་པར་དབྱུང་བའང་ཤིན་ཏུ་རྩེད་པར་དཀའ་བས་འཁོར་བ་  
 ལྷོག་བའི་ཐབས་ལ་འབད་པར་བྱའོ།

བཞི་པ་ནི། བདེ་འབྱོར་སྐྱེས་བའི་དུས་སུ་སྟོང་བ་ཉིད་གྱི་དོན་བསྟོམས་  
 རས་འཁོར་བ་ལྷོག་པས་ཆོག་གོ་ཞིན། འཁོར་བ་དེར་ཡང་དངོས་པོ་ལ་བདེན་  
 པར་མངོན་པར་ཞིན་བ་དང་། འདུ་འཛི་ལ་སོགས་བའི་རྣམ་གཤམ་ཆོ་འཁོར་བ་  
 ཐོག་མ་མེད་བ་ནས་གོམས་བ་ནི་ལྷོག་ཤིན་ཏུ་དཀའ་བས་དེ་ལྷོག་བའི་ཐབས་ནི་ག་  
 ལ་ཡོད་དེ་དེ་ལྷོག་བའི་མཐུན་རྒྱུན་ཤིན་ཏུ་ཉུང་ཞིང་། འགལ་རྒྱུན་ཉེར་འཆོ་ཤིན་ཏུ་  
 མང་བའི་ཕྱིར་ཉེ། དམ་བའི་ཆོས་རྒྱུང་ཟད་སྐྱབ་བའི་དུས་དེར་ཡང་ངན་སོང་ཆེན་  
 པོར་ནི་ལྷུང་བའི་ཕྱིར་དུ་ལྷའི་བྱའི་བདུད་ལ་སོགས་བ་ནི་བརྩོན་པར་བྱེད་པས་  
 སྟིད་བ་ལས་གོམ་བའི་འགལ་རྒྱུན་མང་ཞིང་བསྟོག་དཀའ་བ་ཡིན་ནོ། །བདེ་  
 འབྱོར་སྐྱེས་པའི་ཆོ། བདེན་བ་དང་དགོན་མཆོག་སོགས་ལ་དད་བ་བསྟོམ་བ་ལ་

ལོགས་པ་བྱས་ནས་སྲིད་པ་ལས་གོལ་བར་བྱེད་པས་རྙེད་མི་དགའ་ཞེས། བདེ་  
འགྲོར་སྐྱེས་པའི་དུས་དེར་ཡང་ཡང་དག་པའི་ལྷ་བའི་མི་མཐུན་སྟོགས་དྲག་ཆད་  
གྱི་མཐར་ལྷང་བའི་ལོག་པའི་ལམ་ཡིན་ཏུ་མང་ཞིང་ལོག་པའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་  
དེ་དག་ཏུ་བསྟེན་པར་བྱེད་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་ལམ་ལ་ཐེ་ཚོམ་བའི་ཐེ་ཚོམ་  
ལས་ཀྱང་བཀལ་དགའ་སྟེ་ཐེ་ཚོམ་གཙང་བའི་སྤྱི་ནང་གི་རྒྱུན་རྒྱུན་དགའ་བའི་སྤྱི་  
རོ། །ཚེ་འདིར་མ་རྙེད་ཀྱང་ཚེ་སྤྱི་མར་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་བཙུག་ནས་  
བསྐྱབས་པས་ཚོག་གོ་ཞེས། ཚེ་འདིར་དག་བཤེས་རྙེད་དུས་ལོགས་པར་མ་  
འབད་ན་སྤྱར་ཡང་སྤྱི་མ་བན་ཆད་དུ་དལ་བ་རྙེད་དགའ་ཞིང་མངས་རྒྱས་འཇིག་  
རྟེན་དུ་འབྱུང་བ་རྙེད་ཡིན་ཏུ་དགའ་བའི་སྤྱིར། དག་བཤེས་དང་འབྲུད་བའང་ཡིན་  
ཏུ་དགའོ། །དག་བའི་བཤེས་གཉེན་དང་མཇལ་ཞིང་དལ་འགྱུར་གྱི་རྟེན་བཟང་པོ་  
ཐོབ་ཏུ་ཐོན་ཀྱང་བག་ཡོད་པས་ལོགས་པར་མ་འབད་ན་ཉོན་མོངས་པའི་ཚུ་བོ་སྤྱང་  
དགའ་སྟེ་ཐར་པ་མ་ཐོབ་བར་དུ་ནར་མར་འབབ་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཞེ་མ་ཞེས་པ་ནི་  
ཞུམ་ཞིང་སྐྱོ་བའི་དོན་ཏེ་སྤྱག་བསྐྱལ་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱུད་པར་འགྱུར་བས་  
ཡིན་ཏུ་སྤྱག་བསྐྱལ་ཏེ། སྤྱག་བསྐྱལ་གཅིག་ལས་ཐར་ཡང་ཡང་སྤྱག་བསྐྱལ་  
གཞན་དུ་ལྷང་བའི་སྤྱིར། དེས་ན་དལ་འགྱུར་ཐོབ་པའི་དུས་སུ་འཁོར་བའི་ཉེས་  
དམིགས་སེམས་པ་ལ་འབད་པར་བྱའོ།

ལྷ་པ་ནི། དེ་ལྟར་ཡིན་ཏེ་རྒྱལ་པ་ལྷ་པ་ཡང་རྒྱལ་པ་ལྷ་པ་པ་བདེ་བར་  
བཟུང་ནས་རང་རྒྱལ་པ་ལྷ་པ་གྱི་ནང་དུ་ཤིང་པ་མི་མཐོང་བ་གང་ཡིན་པ་རྒྱལ་

བསྐྱེད་ཀྱི་ཚུ་བོར་གནས་པའི་སེམས་ཅན་འདི་དག་ལ་རྗེས་སུ་བཅེ་བས་ན་གྱི་དུང་  
 འདི་དག་སྐྱབ་བསྐྱེད་དང་བྲལ་ན་ཅི་མ་རུང་སྒྲུབ་པ་སོགས་གྱི་སྒྲོ་ནས་སེམས་ཅན་  
 སྐྱབ་བསྐྱེད་ཀྱི་འདམ་དུ་བྱིང་བ་ལ་ཟུང་ན་བྱ་བར་འོས་བས། སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་པོ་  
 བསྒྲོམ་པ་ལ་འབད་བར་བྱའོ། །དབེར་ན་ལོག་པའི་སྒྲོན་པས་བསྐྱེད་པའི་བྱིར་  
 རོལ་པ་འགའ་ཞིག་ཡང་ཡང་བྱས་བྱས་ཏེ་ཡང་ཡང་མེར་འབྱུག་པ་དེ་ལྟ་ན་ལུས་  
 དཀའ་སྐྱབ་གྱི་གདུང་བས་ཤིན་ཏུ་སྐྱབ་བསྐྱེད་བར་གནས་གྲང་དེ་ཉིད་ཐར་པ་ཐོབ་  
 པའི་ཐབས་སུ་བཟུང་ནས་བདག་ཉིད་བདེ་བར་སྒྲོམ་པ་བཞིན་ནོ། །དེ་ལྟར་སེམས་  
 ཅན་གྱི་བདེ་འཆི་བ་མེད་པ་དག་བཅོམ་པ་བཞིན་དུ་སྒྲོད་པས་གནས་པ་རྣམས་  
 ལ་མཐར་གྱིས་བཅོས་སུ་མེད་ཅིང་སྤང་དུ་མེད་པ་འཆི་བདག་གིས་དང་པོ་ཉིད་དུ་  
 བསང་བྱས་ནས་ངན་སོང་གསུམ་དུ་ལྷུང་བའི་སྐྱབ་བསྐྱེད་མི་བཟད་པ་འོང་བར་  
 འགྱུར་རོ།

གསུམ་པ་ནི། སྤར་གོང་དུ་རྗེ་སྒྲིང་འགད་པའི་ཚུལ་དེ་ལྟར་སྐྱབ་བསྐྱེད་  
 མི་བཟད་པ་རྒྱད་ལ་འོང་བ་དེ་དག་ལ་སྐྱབ་བསྐྱེད་གྱིས་མནར་བའི་མནར་ལུགས་  
 ལེགས་པར་བསམས་ནས་དེ་ལྟར་སྐྱབ་བསྐྱེད་གྱི་མེས་གདུངས་པའི་སེམས་ཅན་  
 ལ་དམིགས་ནས་སྒྲིན་པ་ལ་སོགས་པའི་བསོད་ནམས་གྱི་སྒྲིན་ལས་ལེགས་པར་  
 བྱུང་བའི་སྒྲིན་དང་ཁ་ཟས་སོགས་རང་གི་བདེ་བའི་འཚོག་ཆས་གྱིས་དེ་དག་གི་  
 ངན་འགྲོའི་སྐྱབ་བསྐྱེད་ཞི་བར་བྱེད་པར་བདག་ནས་ཞིག་འགྱུར་སྒྲུབ་དུ་སེམས་  
 ཅན་ངན་འགྲོའི་སྐྱབ་བསྐྱེད་ལས་མ་ཐར་ན་ཐར་བར་གྱུར་ཅིག་ཐར་བ་དེ་བདག་

གིས་བྱའོ་སྒྲུལ་དུ་སྤྱིང་ཇེ་ཆེན་པོ་བསྐྱོམ་པར་བྱའོ། །འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ལས་  
གྲོལ་བའི་རྒྱར་སྒྲོན་པ་ནི་བདག་ནམ་ཞིག་ཆོས་ཐམས་ཅད་དང་བཞིན་གྱིས་སྤྱོད་  
པར་རྟོགས་པ་དམིགས་པ་མེད་པའི་ཤེས་རབ་དང་ལྷན་པའི་ཚུལ་དུ་གྱུས་པར་  
དེའི་ཐབས་སྤྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་མཐའ་ཡས་པ་  
བསགས་ཏེ་བདེན་པར་ཞེན་པའི་དམིགས་པས་འཁོར་བར་བྱུང་བར་འགྱུར་བའི་  
སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཞི་བའི་ཆེད་དུ་སྤྱོད་པ་ཉིད་ནི་སྒྲོན་  
པར་འགྱུར་སྒྲུལ་ནས་སེམས་ཅན་རྣམས་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་དང་མ་བྲལ་ན་  
བྲལ་བར་གྱུར་ཅིག་བྲལ་བ་དེ་བདག་གིས་བྱའོ་སྒྲུལ་པའི་སྤྱིང་ཇེ་ཆེན་པོ་བསྐྱོམ་  
པར་བྱའོ། །ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱིས་བསྐྱེལ་བའི་བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་ཇེ་ཆེན་པོ་  
མཆན་ཉིད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ནི། བདེ་བ་ཐམས་ཅད་དང་ལྷན་པ་དང་སྤྱག་  
བསྐྱེལ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་ཡག་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ལ་  
དགོད་འདོད་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། །དམ་པའི་ཆོས་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་སྦྱོད་པ་  
ལ་འཇུག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ལེའུའི་རྣམ་པའད་འདི་ཇེ་ཉིད་གྱིས་མཛད་པའི་དཀའ་  
འབྲེལ་ལ་གཞི་བྱས། དངོས་སུ་མི་གསལ་བ་རྣམས་ཁྱབ་བྱ་ཁྱབ་བྱེད་གྱི་དོན་ལ་  
ལོགས་པར་དབྱུད་ཅིང་ཆོག་དོན་ཁ་ཡར་ཤེར་འབྱུང་སློ་གྲོས་གྱིས་མཛད་པའི་  
འབྲེལ་ཆེན་སོགས་ལས་ཁ་བཀང་ནས་པའད་པ་ཡིན་ནོ། །

ཤེས་རབ་པ་རོལ་བྱིན་ཚུལ་རྟོགས་དཀའི་གནས། །རྒྱལ་དང་དེ་སྐྱེས་  
རྣམས་ཀྱི་བགོད་གཅིག་ལམ། །ངེས་དོན་ལུང་དང་བྱི་མེད་རིགས་པ་དང་། །དམ་

བའི་མན་ངག་རྣམས་ལས་ཅུང་ཟད་བཤད། །རྒྱལ་སྤྲུལ་ཆེན་པོའི་གཞུང་ཆོག་  
ལེན་དུ་བརྒྱུང་། །བདག་ནི་སློབ་གྲོས་ཉམ་ཆུང་སྤྲུངས་པ་དམན། །ལོག་པར་བཤད་  
སོགས་ཤོངས་པ་གང་ཡོད་དེ། །སྤྱི་མ་ལུ་ཡི་ཆོགས་ལ་འབད་བས་འཆགས། །  
གསུང་རབ་ཀུན་ལས་ལྷ་བའི་མིག་གཅིག་སྤྱ། །རྟེན་འབྱུང་མཐའ་དང་བྲལ་བའི་  
དབུ་མ་ནི། །གང་གིས་ཐུགས་རྗེའི་སློན་སྤྲུལ་མཛད་པ། །སྤྱི་མ་དེ་ལ་གྲུས་པས་  
ཐུག་འཆལ་ལོ། །དེ་ལྟའི་དགོ་བ་ཐེགས་མ་ཅི་ཡོད་དེས། །སྤྱིད་པའི་ཞགས་པས་  
བཅིངས་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས། །དངོས་པོར་ཞེན་བའི་འཆིང་བ་རབ་བཅད་  
ནས། །ཀུན་མཁུན་རྒྱལ་བའི་གྲོང་ཁྲོམ་བགྲོད་པར་ལོག། །བདག་གྲུང་དེང་ནས་ཆོ་  
རབས་ཐམས་ཅད་དུ། །ཟབ་མོ་སློན་པའི་གཞུང་བཟང་སློག་པ་དང་། །རྒྱུན་དུ་  
སེམས་དང་གཞན་ལ་སློན་པ་ཡིས། །རང་གཞན་སྤྱིད་པའི་མཆོ་ལས་བསྐྱལ་བྱུང་  
ཅིག །

དམ་པའི་ཆོས་སྤྱོད་པ་ལ་འཇུག་པའི་ཤེས་རབ་ལེའུའི་རྣམ་བཤད་འདི་  
ནི། །བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེའི་ཁྱར་ཆེས་ཆེར་འཛིན་པས་མི་ངལ་ཞིང་མདོ་སྤྲུགས་  
གྱིས་བསྐྱུས་པའི་གཞུང་གི་གནད་དུ་མ་ཐུགས་སུ་ཆུད་ཅིང་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་  
གཅེས་སྤྲུལ་སུ་མཛད་པ་བཤེས་གཉིན་ཆེན་པོ་ནམ་མཁའ་བཟང་པོ་པ་དང་བྲགས་  
སེང་པ་གཉིས་གྱིས་རྗེ་ཉིད་ཀྱི་དུང་དུ་སྤྱོད་འཇུག་གི་རྣམ་བཤད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་  
བཞིག་བྱུང་ན་ཟེར་བའི་ཁྱེལ་མེ་ཏོག་རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་བཅས་པ་མདོ་ཁམས་སྤྱོད་  
ནས་བསྐྱལ་བྱུང་བས་རྒྱུན་གྲུས་ཁོང་རྣམ་གཉིས་ཀྱི་སློབ་མ་དགོ་བའི་ཤེས་གཉིན་

སེང་བཟང་བས་ཤེས་རབ་ལེབ་ལྷོ་ཐུག་པའི་ཐོན་ཐོན་གྱི་སྒྲིག་པ་  
 བསྐྱེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས། ལྷ་དང་བཅས་པའི་འཛིག་ཏེན་གྱི་འདྲེན་པ་དམ་པ་མདོ་  
 སྒྲིག་པའི་བསྐྱེད་པའི་བསྐྱེད་པ་ཡོངས་སུ་རྒྱུག་པའི་གནད་མ་ལུས་པ་སྒྲིག་པ་  
 སུ་རྒྱུད་པ་སངས་རྒྱུས་རྣམས་ཀྱི་དམ་པའི་ཆོས་མ་ལུས་པ་འཛིན་པའི་སྒྲིག་པ་  
 ལེགས་པར་བྱུང་བའི་སེམས་དབང་ཆེན་པོ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཞབས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་  
 སྒྲིངས་ཤིང་། བྱུང་བར་དུ་ལེབ་ལྷོ་ཐུག་པའི་ཐོན་ཐོན་ལྷ་དང་ལས་བཀའ་རིན་པོ་འཛིན་  
 རས་ཟབ་མོའི་དོན་ལ་དད་པ་དར་མ་རིན་ཆེན་གྱིས་འབྲེག་རི་བོ་ཆེ་དགེ་ལྷན་རྒྱས་  
 བར་རྒྱལ་བའི་སྒྲིང་དུ་སྒྱུར་བའི་ཡི་གེ་བ་ནི་སྒྲིང་བཙོན་སྒྲིང་འཛིན་པ་ནས་  
 མཁའ་འདུལ་བཟང་ལོ། །འདིས་ཀྱང་བསྐྱེད་པ་རིན་པོ་འཛིན་སྒྲིང་ཐམས་ཅད་ནས་  
 སྒྲིག་པ་ཐམས་ཅད་དུ་དར་ཞིང་རྒྱས་ལ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པར་བྱུང་ཅིག། །

འདིའི་དབུ་ཞབས་སུ་རྒྱུང་ཟད་ཅིང་བར་སྐབས་འགར་ཁ་སྐྱོང་ཐུན་ཆོག་པའི་མིན་པ་རྒྱལ་  
 སྒྲིག་པ་འཕུག་ཏེགས་ཀྱི་ཤེས་པའི་ལེ་ལྷ་བ་བཞིན་འདུག་གོ། །མཛུགས་པ།



## ༡༡། །དབུ་མ་རྒྱུན་གྱི་ཟིན་གྱིས་རྩེ་རང་གིས་ གནང་བ་བཞུགས་སོ།།

པ།རྩེ་རྩོད་ཁ་བ་སྒོ་བ་ཟང་གྲགས་པ། ༡༣༥༧-༡༣༧༩

༡༡། །འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱིས་རྩེས་བཟུང་བས། །རང་གཞན་  
གྲུབ་མཐའི་ཕ་རོལ་སོན། །ཟབ་མོའི་དོན་ལ་མངའ་བརྟེས་པ། །དཔལ་ལྷན་ཞི་བ་  
འཛོལ་འདུད། །མགོན་དེས་གངས་ཅན་ཁྱོད་འདིར་རྒྱལ་བའི་བསྟན། །ཐོག་  
མར་ལེགས་པར་བཞུགས་ཆེ་སྤྱུ་སྤྱུབ་ལུགས། །སྤྱོགས་འདིར་དར་བའི་རྟེན་  
འབྲེལ་ལེགས་བསྐྱིག་པས། །ད་དྲང་དུ་ཡང་ཟབ་མོ་དབུ་མ་ལ། །མོས་བའི་  
སྤྱོགས་འཛིན་རྒྱུན་མི་ཆད་པར་བྱུང་། །དེ་སྤྱིར་མཁས་པའི་དབང་པོ་དེ་ཡི་  
གཞུང་། །བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱིས་མི་རྣམས་སྟེལ་བཞི། །བཀའ་དྲིན་གཞོ་བའི་  
མཆོད་པ་སྤྲུ་མེད་ཡིན། །རྣམ་དཔྱོད་ནམ་མཁའི་སྤྱོན་ལྷར་མཐའ་ཡས་ཤིང་། །  
དམིགས་མེད་བརྟེ་བའི་སྟོབས་ནི་ཤུགས་དྲག་པས། །ཡོངས་སུ་དྲངས་པའི་  
གཞུང་མཆོག་དབུ་མའི་རྒྱ། །འདི་ཡི་རིགས་པའི་དགའ་སྟོན་ཁྱོད་བ་ན། །སྤྱོ་བོ་  
མང་པོར་རིགས་པའི་ལམ་དུ་ནི། །ངལ་བ་མང་བྱས་སྤྱུབ་དང་སུན་འབྱིན་ལ། །  
ལེགས་པར་བྱང་བའི་རྒྱལ་བ་མཁས་མང་གི། །གཙུག་ན་གཙུག་རྒྱུན་ནོར་བུ་  
བཞིན་མཐོ་བས། །སྤྱོ་བ་དན་པའི་ཆོགས་རྣམས་མཐར་མཛད་པ། །འཕགས་པའི་  
ཡུལ་ནའང་ཆེས་དཀོན་འདི་འདྲ་ནི། །ཤོད་ཀྱི་རྩེ་རྒྱལ་བཅན་པོས་སྤན་འདྲོངས་



པ། །ཨེ་མ་བདག་ཅག་ཐོད་འབངས་སྐུ་ལ་བཟང་ཞེས། །ཡིད་ནི་མད་བྱུང་བདེ་  
ལ་རེ་ལ་བ་ཡིས། །ཡོངས་སུ་བསྐྱབས་པའི་གཞན་གྱི་དབང་བྱུང་པས། །མཁས་  
པའི་མཆོག་གྱུར་དེས་མཛད་རྒྱན་གྱི་ནི། །རྟོགས་དཀའི་གནས་ལ་བཟུང་བྱུང་མདོ་  
ཅས་གྲི།

དབུ་མའི་རྒྱན་ལ་ལྷ། མཆོན་གྱི་དོན། འགྱུར་གྱི་ཐུག། བསྐྱར་བཅོས་  
དངོས། སུ་ཡིས་མཛད་པ། གང་གིས་བསྐྱར་བའོ། །དང་བོ་ནི། མ་རྒྱུ་མ་ཀ་ནི།  
དབུ་མ་དང་། ཞུ་ལོ་ཀར་ནི་རྒྱན་དང་། སྤི་ཉི་འགྲེལ་བའོ། །འདི་འགྲེལ་བར་  
བཤད་པ་ལྟར་ན། ཆོགས་བཅད་རྣམས་དབུ་མ་རྒྱན་དང་། ལྷག་པ་རྣམས་དེའི་  
འགྲེལ་བར་བྱ་དགོས་ནའང་། ལྷག་པའི་བརྩམ་པར་དམ་བཅའ་ཉིད། །རྒྱན་རྩོམ་  
པའི་དམ་བཅའ་སྤང་ལ། བྱུང་པར་དུ། མཐུག་ཏུ་དེ་ལྷའི་ཚུལ་དུ་དབུ་མ་ཡི། །  
རྒྱན་འདི་བདག་གིས་བྱས་པ་ནི། །རིག་དང་མདོ་སྡེ་སྡེ་ཆོགས་གྲིས། །རིན་ཆེན་  
བཀོད་པས་མཛེས་བར་བྱས། །ཞེས་མདོ་སྡེ་སྡེ་ཆོགས་པ་དང་སྐྱར་ནས། དབུ་མ་  
རྒྱན་བརྩམས་པར་གསུངས་པས་རྩ་བ་སྡོན་དུ་བྱས་ནས་འགྲེལ་པས་བྲིས་བཀྲལ་  
པའི་བསྐྱར་བཅོས་གཉིས་སུ་མི་བྱའི། བསྐྱར་བཅོས་ལ་ཆོགས་བཅད་དང་། ལྷག་  
པ་དང་། སྤེལ་མའི་ལུགས་གསུམ་གསུངས་པའི་ཐ་མ་ཡིན་པར་བཟུང་ལ། དབུ་  
མ་རྒྱན་གྱི་གཞུང་ངོས་ཟེན་པར་གྲིས་ཤིག། །དེ་ན་འདིའི་མཛད་བྱང་གི་སྐབས་སུ།  
དབུ་མའི་རྒྱན་ཞེས་འབྱུང་གི་འགྲེལ་པའི་ཆོག་མི་འབྱུང་བ་ལེགས་ཏེ། འདིའི་  
དཀའ་འགྲེལ་ལ་ཡང་དབུ་མའི་རྒྱན་གྱི་དཀའ་འགྲེལ། །ཞེས་ཐོག་མཐའ་གཉིས་

སུ་འབྱུང་ངོ་། །གཉིས་པ་ནི་སྤྲོ་ལོ།

གསུམ་པ་ལ་གསུམ། ལག་པ་ལ་འཇུག་པའི་བྱ་བ། ལག་པ་ཉིད་ཉི་  
བར་འགོད་པ། ལག་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་བྱ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། མཆོད་  
བར་བཞེད་པ་དང་། བརྩམ་བར་དམ་བཅའ་བའོ། །དང་པོ་ནི་དཀའ་འགྲེལ་  
ལས། དགོས་དོན་འགྲེལ་བ་དོན་གསལ་བཞིན་དུ། བསྟོད་ཡུལ་སངས་རྒྱས་ཁོ་  
ན་དང་། ཉན་རང་དང་། སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་བཞི་ལ་བྱེད་པའི་ཚུལ་གཉིས་  
གཉིས་ལག་པ་དེ་གོ་སྤྲོ་ལོ། །འདིར་དོན་འབག་པས། འགྲེལ་པས་དགག་པ།  
ཉོན་མོངས་ཀྱིས་དགག་པ། བསྟོན་པ་ཤེས་སྒྲིབ་སྤངས་པ་དང་། ས་ལ་བཞུགས་  
པ་སྤྱིད་བར་བཞུགས་པ་དང་། ཇི་སྟེད་པ་མ་ལུས་བར་མཁུན་པ། ཉོན་མོངས་  
བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་རྩ་བ་ནས་འབྱིན་པའི་རྒྱར་ལག་པ་བཞི་ལ་དག་པ་  
ཤེས་སྒྲིབ་ཀྱིས་དག་པ་དང་། ཉོན་མོངས་པ་སྤངས་པའི་སྤངས་པ་ཡང་བརྟན་བར་  
བྱ་དགོས་པས། དང་པོ་གཉིས་མི་འཐད་ལ། ས་ལ་བཞུགས་པའི་དོན་སྤངས་པ་  
མངའ་བའི་ས་ལ་བཞུགས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་དང་། སྤངས་པའི་རྗེས་ལ་ཡེ་ཤེས་  
འབྱུང་བས་དེའི་རྒྱར་མི་འཐད་པས། ཕྱི་མ་གཉིས་མི་འཐད་པའི་སྟོན་བཞི་ཡོད་  
དོ་ཞེས་ཟེར་བའི་དང་པོ་གཉིས་ནི། བསྟོན་བྱ་དང་མཆོངས་ལ། བར་པ་ནི་དཀའ་  
འགྲེལ་མེད་པས་དེ་མ་མཐོང་བའི་སྟོན་དང་། ཉོན་མོངས་བག་ཆགས་དང་བཅས་  
པ་རྩ་བ་ནས་བཏོན་པའི་རྗེས་སུ་ཇི་སྟེད་པ་མཁུན་པ་འབྱུང་ན་ཤེས་སྒྲིབ་ཟད་ནས་  
སངས་མ་རྒྱས་ཀྱི་སྒྲུབས་སྤྱིད་པའི་སྟོན་ཡོད་པས་ཡོགས་པར་མ་མཐོང་ངོ་། །

འབྲེལ་པ་ལས་རྒྱུར་བཤད་པ་ནི་རྩ་བ་ནས་འབྲིན་པ་སྟེ། ལྷ་བའི་རྒྱ་ཡིན་ལ་དེ་  
 ཡང་རྒྱ་མཚན་ལ་རྒྱར་བསམས་པའོ། །གཉིས་པ་ནི་རབ་དུ་འབད་པ་ནི་རྒྱན་རྩོམ་  
 བའི་འོ། །གང་གི་དོན་དུ་ན་རང་བཞིན་མེད་པ་ཁོང་དུ་ཆུད་པའི་ཕྱིར་དུའོ། །  
 ཐབས་གང་གིས་ན་ལུང་རིགས་གཉིས་སོ། །དེ་རྟོགས་པའི་དགོས་པ་ནི། གཞུང་  
 ལྷག་མས་སྟོན་ལ། གང་གིས་རྟོགས་ན། བདག་དང་ཞེས་པ་ནས་མ་རག་པར་  
 ཆས་པ་སྟེ་བྱང་མེས་སོ། །ཅི་ལ་མ་རག་པ་ནི་ཆོགས་གཉིས་ཀྱི་རྒྱ་ཆོགས་ཆང་  
 བ་ལ་སྟོབ་པའི་དོན་འོ། །འབྲེལ་པས་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པས་བསྐྱེལ་པ་མང་པོར་  
 ཤེས་སྒྲིབ་མ་ལུས་པ་སྟོང་བ་སྒྲུབ་མི་རུས་པའི་རྒྱ་མཚན་དུ་རྟེན་མི་བརྟན་པ་བཞོད་  
 པ་ནི། སྟོང་པའི་རྟེན་མེས་སྟེད་བརྟན་པོ་མི་སྟེ་བ་ལ་བྱའོ། །ལྷག་མེད་དུ་  
 རིགས་རྒྱུད་ཆད་པ་ལ་མི་བྱའོ། །གང་ན་དངོས་པོའི་རྣམ་པ་སྟེ་ཆོགས་མ་ལུས་  
 བའོ། །དེས་ཇི་ལྟར་ན་གཟུགས་བརྟན་ལ་སོགས་པ་ལྟར་རྟོགས་སོ། །དེ་ཉིད་ནི་  
 ཡང་དག་པར་རང་བཞིན་མེད་བཞིན་དུ་མ་བརྟགས་ན་ཉམས་དགའ་བ་སྟེ་ཡོད་  
 པས་སོ། །གཅིག་དུ་ཞེས་བཞི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་སྟོང་པའི་རིགས་པས་མི་རྟེད་པས་  
 མ་བརྟགས་པ་ཁོ་ནའི་ངོར་རྟེད་པའོ། །དེ་ལྟར་རྟོགས་ན་སྒྲིབ་གཉིས་མ་ལུས་པར་  
 སྟོང་བ་ནི་རྟོགས་ནས་གོམས་པར་བྱས་ནས་སོ། །འདིར་སྒྲིབ་པ་གཉིས་ཀ་ཟད་  
 པར་བྱེད་པ་ནི། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མ་བསྟོམས་པར་མི་བྱང་བ་དང་། དེ་བསྟོམ་པ་ལ་  
 དངོས་པོ་རྣམས་ཡང་དག་པར་རང་བཞིན་ནི་མེད་པ་ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་ངེས་པར་  
 བསྟེད་དགོས་པ་དང་། དེ་རྟེད་པ་ནི་ལུང་རིགས་གཉིས་ལེགས་པར་སྒྲུབ་པའི་

གཞུང་འདི་དང་། འདི་ལྟ་བུས་བདེན་འཛིན་གྱི་ཡུལ་ལེགས་པར་སྤྲོད་བྱུང་ནས་  
བསྐྱེད་དགོས་ཀྱི་དེ་ལྟར་མ་དབྱེད་པར་ཡིད་ནང་དུ་བསྐྱུས་པ་ཅམ་ལས་ཡེ་མི་  
འབྱུང་བ་རྣམས་ལ་ངེས་པ་བརྟན་པོ་རྟེན་ན་འདིའི་དགོས་འབྲེལ་ལེགས་པར་  
ཤེས་པའི་གྲངས་སུ་འགྲོ་ཞིང་གཞུང་དེ་ལྟ་བུ་དང་དེ་སྟོན་པའི་དགོ་བའི་བཤེས་  
གཉེན་ལ་གྲུས་པ་སྤྲོད་མེད་པ་སྤྱི་བར་འགྱུར་བ་ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག འབྲེལ་པར་  
རབ་ཏུ་འབད་དོ་ཞེས་སྟོན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་མེད་པར་བསྟན་  
མོད་ཀྱང་། དེར་མ་གསལ་བའི་སྒྲིན་ཀ་ངན་པའི་དྲི་མ་མཐའ་དག་སེལ་བའི་རྩོམ་  
དགོས་ལ། དེའི་ཕྱིར་འདི་ལ་དབུ་མའི་རྒྱུ་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་འཆད་དོ། །རྒྱུ་  
གྱི་དོན་ནི་དགའ་བ་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ལ། འདིས་དབུ་མའི་རྣམ་གཞག་ལ་མ་རྟོགས་  
པ་དང་། ལོག་རྟོག་གི་དྲི་མ་བསལ་བ་ན། གསེར་གྱི་རྒྱན་ལ་སོགས་པ་དྲི་མས་  
གོས་པ་བྱི་དོར་བྱས་པ་ལྟར་འགྱུར་བའི་དོན་ཏོ།

སྐབས་འདིར་སྦྱིར་སྦྱིབ་གཉིས་དང་། བྱད་པར་དུ་ཤེས་སྦྱིབ་དང་། དེའི་  
ནང་ནས་ཀྱང་རིགས་པའི་དགག་བྱའི་མཐར་ཐུག་པ་ལྟར་སྦྱིས་ཆོས་ཀྱི་བདག་  
འཛིན་གྱིས་ཇི་ལྟར་བཟུང་བ་རང་གི་ཉམས་ལས་དཔགས་ཏེ་ངོས་འཛིན་པ་དང་།  
དེ་འགོག་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་དངོས་སམ་བརྒྱུད་ནས་གཞུང་གི་ཆ་ཀྱན་འགྲོ་ཚུལ་  
ཤེས་པར་བྱེད་པ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་སྟེ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཇི་ཅམ་ཉན་པ་དང་མཐད་པ་  
དང་ལྟ་བ་དང་རྟོག་པ་བྱས་ཀྱང་། རང་གི་བདེན་འཛིན་ལ་ཅི་ཡང་མི་གཟན་པར་  
ཁ་ཕྱིར་ལྟའི་གཤགས་བཤེད་པ་ཅམ་དུ་འགྱུར་པས་ཐོས་བསམ་གནད་དུ་མི་འགྲོ་

བའི་ཕྱིར་རོ།

གཉིས་པ་ལ་བཞི། དབུ་མ་པའི་བདེན་པ་གཉིས་རྣམ་པར་བཞག་པ།  
 ལྷགས་དེ་སངས་རྒྱས་ཁོ་ནའི་བྱང་ཆོས་སུ་བསྟན་པ། དེ་ལས་ལོག་པར་  
 བཞགས་པ་ལ་སྤོང་བརྟེན་བསྟེན་པ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པས་སྟོན་པ་ལ་སྟུབ་པ་  
 ལྟར་ལེན་པའི་མཆོད་པ་བྱ་བར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་དུག་དངོས་པོ་ཐམས་  
 ཅད་དོན་དམ་པར་རང་བཞིན་མེད་པར་བསྟན་པ། ཀུན་རྫོབ་པའི་དངོས་པོ་རྣམས་  
 སྟུ་མ་བཞིན་དུ་བསྟན་པ་དེ་གཉིས་ལ་སྟོན་ཀ་ངན་པའི་རྩོད་པ་རྣམས་སྤང་བ།  
 ལྷགས་འདི་སྟོན་མེད་ཅིང་ཡོན་ཏན་དང་བཅས་པར་བཤད་པ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་  
 འཇུག་པའི་རིམ་པ། ཚུལ་གཉིས་ཀྱི་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོའི་ལྷགས་ལ་བསྟུགས་པའོ། །  
 དང་པོ་ལ་གསུམ། རང་བཞིན་མེད་པ་སྟུབ་པའི་སྟུབ་བྱེད་གཉིས་ཀྱི་གོ་རིམ་དང་།  
 ཐོག་མར་རིགས་པའི་སྟུབ་བྱེད་དང་། ཕྱི་ནས་ལུང་གི་སྟུབ་བྱེད་དོ། །དང་པོ་ནི།  
 དེ་ལ་ནས་བཛྲོད་པར་བྱས་པའི་བར་རོ། །འདིར་དགོས་པ་བཞི་ཡོད་དེ། དད་  
 པས་འབྲང་བ་རྣམས་རིགས་པས་མ་གྲུབ་བར་དུ་ལུང་ལ་ཡིད་མི་ཆེས་ན། ཆོས་  
 ཀྱི་རྗེས་འབྲང་དང་བྱང་མེད་པར་འགྱུར་བ་དང་སྟོན་དུ་རིགས་པས་བསྟུབས་རྗེས་  
 སུ་ལུང་གིས་བསྟུབ་ན། ཚུལ་བྱུང་གི་སྟུ་མི་རྟག་པར་བྱས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་རྗེས་  
 སུ་ཚུལ་བྱུང་གིས་བསྟུབ་པ་ཡང་རྟགས་ཡང་དག་ཏུ་འགྱུར་བ་དང་། དངོས་  
 སྟོབས་ཀྱི་རིགས་པ་དང་བྲལ་བའི་ལུང་ལ་ཡིད་ཆེས་མི་རུས་ན། ཡིད་ཆེས་ཀྱི་  
 རྟགས་མེད་པར་འགྱུར་བ་དང་། གཅིག་དུ་བྲལ་གྱི་རྟགས་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་

རྟགས་སུ་ཁས་ལེན་ཞིན་ཏུ་ཟབ་པའི་བདག་མེད་གྱི་དོན་ཞིན་ཏུ་སློབ་གྲུར་མིན་པར་  
འགྱུར་སྟེ་བཤོམ་པའོ།།

དོགས་གཙོད་དང་པོ་ལ། སྤྱི་རབས་པ་དག་འབྲེལ་པས་དད་འབྲང་སྟེ།  
ལུང་རིགས་གཉིས་སུ་བྱས་པའི་རིགས་པའི་རྗེས་འབྲང་ཡིན་ཀྱང་། ཡིད་ཆེས་  
ཆེས་པར་དཀའ་མི་དཀའ་ལ་རིགས་པའི་རྗེས་སུ་འབྲང་མི་འབྲང་གཉིས་སུ་བྱས་  
པའི་སྤྱི་མ་མིན་པར་འདོད་ཅེས་བ་དང་། ཡང་ན་ལུང་གི་རྗེས་འབྲང་ཡང་། ཡིད་  
ཆེས་པ་བརྟན་པ་དེ་རིགས་པ་ལས་ཡིན་པས། ཞེས་འཆད་པའི་དང་པོ་ནི་འབྲེལ་  
བ་ན་མེད་ལ། གཉིས་པ་ནི་འབྲེལ་པས་བཤད་པ་བཞིན་མ་རྟོགས་པའི་སློན་ནོ། །  
དེས་ན་དཀའ་འབྲེལ་ལས་ཀྱང་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱི་མ་ནི། སེམས་ལོག་པ་རྣམས་ལྟ་  
སློབ་ཀྱང་ཅི་དགོས་ཞེས་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་བཤད་པས་དད་པས་རྗེས་སུ་  
འབྲང་པ་ནི། ཆོས་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་གི་ཁྱེས་བྲངས་པས་དད་འབྲང་མིན་གྱི། སངས་  
རྒྱུ་ལ་དད་ནས་དེའི་ལུང་གི་རྗེས་སུ་འབྲང་བའོ། །དེས་ན་རང་སྤྱོད་པའི་ལུང་  
ཆོད་མར་ཁས་ལེན་པ་རྣམས་ཀྱང་། དངོས་པོ་རང་བཞིན་མེད་པར་བསྐྱབ་པ་  
ལ། དངོས་སྟོབས་ཀྱི་རིགས་པ་མེད་པར་ཡིད་མི་ཆེས་ན་སངས་རྒྱུ་ལ་སེམས་  
ལོག་པའི་གཞན་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱང་ཅི་དགོས་ཞེས་པའི་དོན་ནོ།།

དོགས་གཙོད་གཉིས་པ་ནི། དངོས་པོ་བདེན་མེད་ཏུ་རིགས་པས་གྲུབ་  
པའི་རྗེས་སུ་དོན་དེ་སྤྱིར་ཡང་བསྐྱབ་པ་ལ། ལུང་སྐྱབ་བྱེད་ཏུ་མི་སྤྱོད་སྟེ། རིགས་  
པའི་དབང་ཕྱག་གིས། དེ་གྲུབ་དེ་ནི་ལོགས་པར་གྲུབ། །དེ་ཆོ་བསྟན་བཅོས་

བསྟོས་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེས་ན་རིགས་པས་ལེགས་པར་  
བསྐྱབས་ཀྱང་ལུང་ཙམ་སྐྱབས་སུ་གྱུར་པའི་ཤེས་རབ་རྒྱུད་པ་འགའ་ཞིག་རྟོག་གི་  
སྐམ་པོ་ཙམ་གྱིས་བསྐྱབས་པ་ལ་ཡིད་མི་ཆེས་སོ་སྐམ་པ་ལ། ཟབ་མེད་ལུང་ནས་  
ཀྱང་དེ་ལྟར་བཤད་དོ། །ཞེས་འགྲེལ་པས་འཆད་ལ། སྐུན་རས་གཟིགས་བརྒྱལ་  
ཞུགས་གྱིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བཤད་པ་ནི། མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་གཞུང་ལ་དོན་གཅིག་  
བསྐྱབ་པ་ལ། ལུང་རིགས་ཀྱི་སྐྱབ་བྱེད་གཉིས་གཉིས་བཤད་པ་ཐམས་ཅད་ལ་དེ་  
བཞིན་དུ་གོ་བར་བྱའོ།

དོགས་གཅོད་གསུམ་པ་ནི། སྐུན་པས་གསུངས་པའི་ཤེས་རྟོག་གི་སྒྲུང་  
དོར་ལ་འཇུག་པ་ནི་གང་ཟག་དབང་རྣམ་ནི་དབྱུང་པ་གསུམ་གྱིས་དག་པའི་རྟགས་  
ལས་ཤིན་ཏུ་གྲོག་སྐུན་པའི་ལུང་རང་གི་བསྐྱན་བྱ་ལ་མི་བསྐྱབ་པར་དཔོག་པའི་ཡིད་  
ཆེས་པའི་རྟགས་ལས་འཇུག་ལ། དེའི་རྒྱལ་གསུམ་དངོས་སྟོབས་ཀྱི་རིགས་པས་  
གྲུབ་ཀྱང་བསྐྱབ་བྱ་ཤིན་ཏུ་གྲོག་ཡིན་པས་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་རྟགས་སུ་མི་འགལ་རྟེ།  
རྟགས་ཀྱི་རིགས་འབྱེད་པ་ནི་བསྐྱབ་བྱའི་སྟོན་སྟེན་འབྱེད་ཀྱི། སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་སྟོན་སྟེན་  
མིན་པའི་ཕྱིར་རྟེ། དཔེར་ན་འགལ་དམིགས་ཀྱི་རྟགས་རྣམས་སྐྱབ་པ་ཡིན་ཡང་།  
དགག་རྟགས་སུ་བཞག་དགོས་པ་བཞིན་ནོ། །རང་སྟེ་དབང་རྒྱལ་དད་པའི་རྗེས་  
འབྲང་རྣམས་ཤིན་ཏུ་གྲོག་གི་སྒྲུང་དོར་ལ་འཇུག་པ་ན། ལུང་ཙམ་སྐྱབ་བྱེད་དུ་བྱས་  
ནས་འཇུག་པ་ནི། གང་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་དོན་གཉེར་ནི། བེ་ཆོམ་ལས་ཀྱང་འཇུག་  
ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ་འཇུག་ལ། དེ་མི་རུང་པ་ཡང་མིན་རྟེ།

འདུག་ལྟོག་ཐམས་ཅད་ལ་ཚད་མས་ཐེ་ཚོམ་ཚོད་པ་དགོས་ན། ཞིང་ལས་དང་  
 ཚོང་ལ་སོགས་པ་ལ་མི་རིགས་པར་འགྱུར་དོ། དེས་ན་སྤྲུལ་འདྲ་བའི་འདུག་  
 བའི་དབང་དུ་བྱས་ནས། སློབ་དཔོན་གྱིས་གསུངས་པ་ཡིན་པས་སློན་མེད་དོ། །  
 དཀའ་འབྲེལ་ལས་ལུང་མ་གྲགས་པའི་རྗེས་དཔག་དང་མ་བུལ་ན། དངོས་པོ་  
 སློབས་ཞུགས་ཀྱི་རྗེས་དཔག་དང་བུལ་ཡང་ལུང་ལ་ཡིད་ཆེས་པར་འགྱུར་རམ་  
 སྤྲུལ་པའི་དོགས་པ་བསལ་བའི་ཕྱིར་དུ། དངོས་སློབས་ཀྱི་ཞེས་སོགས་གསུངས་  
 ཏེ། དེ་ཡང་ལུང་དང་འདྲ་བས། དེ་དང་བཅས་ཀྱང་ངེས་པར་མི་བྱེད་དོ། ཞེས་  
 ལའད་པའི་ལུང་གི་རྗེས་དཔག་ནི། དེ་མ་ཐག་ཏུ་ལའད་པའི་འདུག་ཚུལ་དེ་ཡིན་  
 ཀྱི་སྤྲུལ་མིན་ནོ།

དོགས་གཅོད་བཞི་པ་ནི། ཟབ་མོ་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་སྟོག་ཡིན་ལ། སྐྱབ་  
 བྱེད་ཀྱང་ལུང་ཙམ་དུ་ཟད་དོ། ཞེས་པ་ནི་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་སྤྲུལ་རྣམས་ཀྱི་  
 རིགས་པའི་སྟོལ་བཟང་པོ་རྒྱབ་རྗེས་སུ་མཁས་པར་སྟོམ་པའི་རིགས་པ་མི་ཤེས་པ་  
 འགའ་ཞིག་གིས་བདགས་པའི་ལུན་སྐྱུལ་ཡིན་གྱི། ལུང་ལས་མི་མཐུན་པ་  
 གསུངས་པ་རྣམས་ཀྱི་བྱང་ངེས་འབྱེད་པ་དང་། བདག་མེད་པའི་དོན་ཁོ་བོ་ཅག་  
 ཁས་ལེན་པ་ནི། རང་གི་ཁས་སྐྱངས་པ་ཙམ་དུ་ཟད་ཀྱི་སྐྱབ་བྱེད་ཡང་དག་པ་ཅི་  
 ཡང་མེད་དོ། ཞེས་བཟུང་དུ་མི་རུང་བར་མཐོང་བའི་མཁས་པའི་དབང་པོ་  
 རྣམས་ཀྱི་བཞེད་པ་ག་ལ་ཡིན། དེས་ན་གཅིག་དང་དུ་བུལ་སོགས་ཀྱི་རྟགས་  
 རྣམས་དངོས་སློབས་ཀྱི་རྟགས་སུ་སློབ་དཔོན་འདིས་བཞེད་པ་བཞིན། དབུ་མ་པ་



མཁས་མཁས་རྣམས་དང་འབྲ་སྟེ། འདི་ནི་སྟོན་པའི་བསྟན་པའི་སྟོང་པོ་ལ་ཆོག་  
 ཅམ་མིན་པའི་ངེས་པ་བརྟན་པོ་བསྐྱེད་ནས་ཆོ་རབས་གཞན་དུ་འང་ལེགས་པར་  
 འབྲང་བའི་བག་ཆགས་བཟང་པོ་འཛོག་པའི་ཐབས་བྲུ་ན་མེད་པ་ཡིན་པས། དེའི་  
 བར་ཆད་མི་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ན་སྦྱར་དོན་གྱི་གཙོ་བོ་རྣམས་ལུང་རིགས་གཉིས་  
 གཉིས་དང་ལྡན་པ་དང་། ཁྱད་པར་དུ་ཟབ་མེད་གནས་ཤིན་ཏུ་བྱ་བ་རྣམས་ནི་སྒྲ་  
 སྒྲ་བ་ལ་སོགས་པའི་རིགས་པ་མིག་ལྟ་བུ་རྣམས་ཀྱིས་ལེགས་པར་བསྐྱབ་ཅིང་།  
 དོན་དེ་ཟབ་མེད་ལུང་གིས་ཀྱང་བསྟན་པའི་གཉིས་བྱུང་དུ་འབྲེལ་བར་གཞུང་  
 འདིར་འཆད་པ་འདི་འབྲ་བ་རྣམས་ནི། མཁས་པའི་སྐྱེ་བོའི་འབྲེན་པ་ཀུན་གྱི་  
 བགོད་པ་གཅིག་པའི་ལམ། །རྣམ་དཔྱོད་དང་བཙོན་པའི་མཐུ་མི་དམན་ཞིང་།  
 སྟོང་ནས་ངེས་པའི་དོན་ཅད་གཙོད་པ་རྣམས་ཀྱི་ཡིད་འཕྲོག་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་  
 དམ་པར་བྱུངས་ཤིག །

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། གཅིག་དང་དུ་བྲལ་གྱི་སྦྱར་བ་བཀོད་དེ་མདོར་  
 བསྟན་པ་དང་། སྦྱར་བ་དེའི་ཚུལ་བསྐྱབས་པས་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་  
 ནི། གང་དག་ཡང་དག་པར་ན་གཅིག་དང་དུ་མའི་རང་བཞིན་དང་བྲལ་བ་སྟེ། དེ་  
 གཉིས་མ་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་དོན་དམ་པར་རང་བཞིན་མེད་དེ། དཔེར་ན་གཟུགས་  
 བརྟན་བཞིན་བདག་དང་གཞན་གྱི་སྟེ་པས་སྦྱས་པའི་དངོས་པོ་འདི་དག་ཀྱང་ཡང་  
 དག་པར་ན་གཅིག་དང་དུ་མའི་རང་བཞིན་མ་ཡིན་པས། ཞེས་བྱ་བ་ནི། ཁྱབ་བྱེད་  
 མ་དམིགས་པའོ། །རང་བཞིན་ཡོད་པར་གྱུར་པ་སོགས་ཀྱིས་གཅིག་དང་དུ་མ་ལ་

ལུང་གསུམ་སེལ་བ་འདི། གཅིག་དང་དུ་མ་མ་གཏོགས་པ། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་  
 ལྷོག་བྱུང་སྐྱབ་པའི་སྐྱབས་སུ་འཆད་མོད་ཀྱང་། །འདིར་བཤད་པ་ནི་རྟགས་འདི་  
 བྱེད་མ་དམིགས་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར་དུ་ཡིན་ཏེ། རང་བཞིན་ལ་གཅིག་དང་  
 དུ་མའི་རང་བཞིན་གང་རུང་གིས་བྱུང་བ་དང་། བྱེད་དེ་གཉིས་བཀག་པ་  
 རྟགས་སུ་སྟོན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ནི་དཀར་འབྲེལ་གྱི་དགོངས་པ་ལོ། །དེ་ཡང་  
 རྒྱ་དང་བྱེད་མ་དམིགས་པ་ལ། རོན་དང་ཐ་སྙད་སྐྱབ་བྱེད་གཉིས་གསུངས་  
 བས། འདི་ནི་བྱེད་མ་དམིགས་པའི་ཐ་སྙད་སྐྱབ་ཡིན་གྱི། རང་བཞིན་མ་  
 དམིགས་པ་མིན་པས། རོན་གྲུབ་ཐིན་པ་ཡང་རོན་ལྷོག་གི་རོན་དུ་མི་བཟུང་ངོ། །  
 རང་གི་སྟེ་བ་དང་ཞེས་སོགས་ནི་ལྷགས་ཀྱིས་བསྟན་པའི་བསྐྱབ་བྱ་གསལ་དུ་  
 བཏང་བལོ། །དཀར་འབྲེལ་ལས་ནི་འདི་ལྷོགས་ཀྱིས་ཆོས་སྟུང་བ་ཡིན་པར་  
 བཤད་ངོ། །ལྷོགས་ཆོས་ཀྱི་པས་ཞེས་པའི་བྱེད་པ་པོའི་ཆོག་གིས་བསྐྱབ་ནས་  
 འཕངས་པ་བསྟན་པ་ལ་བྱེད་པ་བརྟག་གོ། །

འདིར་དབྱེད་པར་བྱ་བ་གཉིས་ཡོད་དེ་སྟོར་བ་འདི་ཐལ་རང་གཉིས་གང་  
 ཡིན་བརྟགས་ན་མི་འཐད་པ་དང་། བརྟགས་ཆོས་གཉིས་དགག་པ་གཉིས། གང་  
 ཡིན་བརྟགས་ན་མི་འཐད་པས་སོ། །དང་པོ་ནི། སྐྱབ་པ་དང་སུན་འབྲིན་པའི་ངག་  
 སྟོར་ཚུལ་གཉིས་ཀ་ཡང་སྟོར་སྟོར་བ་བཀོད་པ་འདྲ་བ་གཅིག་བྱེད་པ་ནི་རྒྱ་གར་  
 མཁས་པའི་ལུགས་སོ། །དེས་ན་འདི་ལ་གཉིས་སུ་དབྱེད་དེ་སྟོར་བ་འདི་སུན་  
 འབྲིན་པའི་ངག་ཐལ་བར་སྟོར་བ་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་སྐྱབ་པའི་ངག་རང་རྒྱུད་ཀྱི་

སྒྲོར་བ་ཡིན། དང་པོ་ལྷ་ར་ན་མི་འཐད་དེ། རང་གཞན་གྱི་སྒྲེ་བ་དངོས་སྤྲུལ་  
 རྣམས་ཀྱིས། ཆོས་ཅན་དུ་སྤྲུལ་བ་དེ། བདེན་པའི་གཅིག་དང་དུ་བྲལ་དུ་ཁས་མི་  
 ལེན་ལ། ཐལ་འགྱུར་ལ་ནི་པ་རོལ་པོས་ཁས་སྒྲངས་བ་རྟགས་སུ་བཀོད་ནས་  
 གཞན་མི་འདོད་བ་འཕེན་བ་གཅིག་དགོས་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དེ་ལ་གཞུང་འདིར་  
 སྒྲོར་བ་འདིས་རང་བཞིན་མེད་པའི་ཐ་སྣད་བསྐྱབ་པར་བཤད་ལ་ཐལ་འགྱུར་དུ་  
 བྱེད་བ་དངོས་སུ་མི་གསལ། ཡང་དབུ་མ་སྤྲང་བར་ཐལ་འགྱུར་དང་། རང་རྒྱུད་  
 གང་དུ་བྱེད་ཀྱང་བྱས་པས་ཆོག་པར་བཤད་པས་ཐལ་བར་བསྐྱབ་པ་ལ་སྒྲོན་མེད་  
 ཚུལ་བཤད་ན། དབུ་མ་སྤྲང་བ་ལས་པ་རོལ་པོས་རྟགས་དངོས་སུ་ཁས་མ་  
 སྒྲངས་ཀྱང་། རྒྱགས་གྱིས་ཁས་སྒྲངས་བ་དང་། དེའི་རྒྱ་མཚན་དུ་རྟགས་དེའི་  
 རྒྱབ་བྱ་དངོས་སུ་ཁས་སྒྲངས་བ་བཀོད་དེ། རྒྱབ་བྱ་དངོས་སུ་ཁས་སྒྲངས་ན་འབྲེལ་  
 བྱེད་རྒྱགས་གྱིས་ཁས་སྒྲངས་པས་སོ། །དེ་ལྷན་རྒྱུང་འཕེན་གྱིས་ཀྱང་སྒྲེ་བ་སྤྲུལ་  
 དང་། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་བ་ཁས་སྒྲངས་བ་གྱུར་དེ། འདི་ལྷ་ར་དེས་ཆོ་འདིའི་  
 རིག་བ་ཁས་སྒྲངས་ལ་དེ་ལ་ནི་སྒྲེ་བ་སྤྲུལ་མའི་རིག་བ་སྤྲུལ་དུ་འགོ་བས་འབྲེལ་པའི་  
 ཕྱིར་དང་། འགྱུར་བ་བཞི་ཡོད་པར་ཁས་སྒྲངས་ལ། དེ་ཡོད་པ་ལ་ཐམས་ཅད་  
 མཁྱེན་པས་གཟིགས་པས་འབྲེལ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་འབྲེལ་པའི་རིགས་གཞན་ཡང་  
 མང་རོ། །གལ་ཏེ་ཚོལ་བ་དེ་དག་གི་ཁས་སྒྲངས་ཞེས་མི་སྤྲིའི་རྒྱགས་གྱིས་ཁས་  
 སྒྲངས་བ་ཅམ་སོ་ཞེ་ན། དེ་ལྷན་མི་འཐད་དེ། ཆོས་གཅིག་བཟོད་བ་ན་དེ་ལ་འབྲེལ་  
 བྱེད་དུ་ཡོད་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྤྲུལ་དེས་རྒྱགས་ལ་བཟོད་བ་དང་། སྤྲོ་དེས་

ལྷགས་ལ་ངེས་པར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེས་ན་བྱ་བ་བྱ་བྱ་བར་བཞི་འབྲ་བ་  
 ཞིག་ །དངོས་སུ་ཁས་སྦངས་པས་བདེན་པའི་གཅིག་མིན་པ་ལྷགས་ཀྱིས་ཁས་  
 སྦངས་པའི་བྱ་བ་བྱ་སྟོན་ཅིག་ཅེན། །འདིར་བྱ་བ་བྱ་དང་བྱ་བ་བྱེད་སྤྱིར་འཆད་ན་  
 སྟོན་སྒྲ་མ་ལྟར་འོང་བས་བྱ་བར་བ་ལ་འདོད་དགོས་སོ།།

དེ་ཡང་དབང་ཕྱག་རྟོག་པ་ལ་མཆོན་ན། དེ་གཅིག་གི་རང་བཞིན་དུ་ཁས་  
 ལེན་ཚུལ་ནི། སྤྱོད་དུས་ན་གང་ཡོད་པའི་དབང་ཕྱག་དེ་ཉིད་མ་ལུས་བ་སྤྱོད་  
 དུས་ན་འང་ཡོད་པར་འདོད་པས། སྤྱོད་དུས་ན་ཡོད་པའི་དབང་ཕྱག་གི་ཆ་  
 འགའ་ཞིག་ །སྤྱོད་དུས་ན་ཡོད་ཀྱང་ཆ་གཞན་འགའ་མེད་པར་ཡང་འདོད་པ་  
 མིན་གྱི། སྤྱུས་ན་ཡོད་པའི་ཆ་ཉིལ་བོ་སྤྱུས་ན་ཡོད་ཅིང་། སྤྱུས་ན་ཡོད་  
 པའི་དབང་ཕྱག་གི་ཆ་ཡིན་པའི་ཆ་སྤྱུས་ན་མེད་པས། མེད་པར་འདོད་དོ། །  
 དེས་ན་དབང་ཕྱག་ཡིན་པའི་ཆ་ངོ་བོ་མན་ཚུན་དུ་ཐད་ད་པ་མི་འདོད་པ་ནི། དབང་  
 ཕྱག་གཅིག་ཏུ་འདོད་ལྷགས་སོ། །འདི་ནི་རང་ལྷགས་ཀྱིས་བུམ་པ་ནི་གཅིག་གི་  
 མཆོན་གཞིར་འཛོག་ལ། སྤྱོད་དང་སྤྱོད་དུས་གཉིས་སུ་འང་ཡོད་པར་འདོད་  
 ཀྱང་། སྤྱོད་དུས་ཀྱི་བུམ་པ་དང་སྤྱོད་དུས་ཀྱི་བུམ་པ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་མི་  
 འདོད་ལ། དེ་གཉིས་དུ་མའི་མཆོན་གཞིར་ཡང་འཛོག་པ་དང་མི་འབྲའོ། །དབང་  
 ཕྱག་གཅིག་གི་རང་བཞིན་དང་བྲལ་བར་དངོས་སུ་ཁས་སྦངས་ཞེས་བ་དེའོ། །  
 གང་ཁས་སྦངས་པས་དབང་ཕྱག་དེ་དེ་འབྲ་བའི་གཅིག་མ་ཡིན་པར་ལྷགས་ཀྱིས་  
 ཁས་སྦངས་པའི་བྱ་བ་བྱ། དབང་ཕྱག་དེས་སྤྱོད་བདེ་བ་བསྐྱེད་པ་དང་། སྤྱོད་

སྤྱག་བསྐྱེད་སྤྱོད་པར་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་བསྤྱོད་པའི་རིམ་པ་དུ་མ་ཁས་  
 གྲངས་ན། དེའི་ཤུགས་ཀྱིས་དབང་སྤྱག་གཅིག་མིན་པར་ཁས་གྲངས་ཞེས་པ་  
 གཅིག་ནི། དུས་སྤྱི་ཕྱི་དུ་མ་ན་ཡོད་པའི་དབང་སྤྱག་ཐམས་ཅད་ངོ་བོ་ཐ་དད་མིན་  
 བར་ངོ་བོ་གཅིག་ན་ཡོད་པའི་གཅིག་ཡིན་གྱི། སྟོན་བོ་གཅིག་དུ་ཁས་ལེན་པ་  
 དང་། དེས་སྟོ་འཛིན་སྤྱི་དུ་མ་རིམ་པ་ཅན་དུ་བསྤྱོད་པ་ལྷ་བུ་ལ་དེ་ལྷར་སྟོན་པ་  
 མིན་ནོ། །ཆོས་དེ་ཆ་དུ་མ་དང་བཅས་པ་དང་། གཅིག་ཡིན་པ་འགལ་ན་གཅིག་  
 མི་སྲིད་ལ་དེ་མེད་ན་དུ་མ་ཡང་མེད་ཅིང་། དེ་གཉིས་མེད་ན་དེ་གཉིས་ལས་  
 གཞན་པའི་ལུང་གསུམ་མེད་པས་གང་ཡང་མི་སྲིད་པར་འགྱུར་བས། དེ་གཉིས་  
 ནི་མི་འགལ་བས་དབང་སྤྱག་ལ་རིམ་པ་དུ་མ་ཡོད་པར་འདོད་པ་ལ་གཅིག་མ་  
 ཡིན་པར་འགྱུར་ཞེས་བསྟན་པ་ཡང་ཡིན་ལ། གཅིག་མིན་པའི་བྲུབ་བྱ་ཁས་  
 གྲངས་ཞེས་པ་ཡང་མིན་ནོ། །དེས་ན་བདེན་པའི་གཅིག་ཡིན་པ་དང་བྲུལ་བའི་དོན་  
 ཆ་དུ་མ་དང་བཅས་པ་མིན་པའི་ཆ་མེད་ཀྱི་གཅིག་ལ་བྱེད་ན། འབྲས་བུ་རིམ་ཅན་  
 ལ་ཉེ་བར་སྟོར་བར་ཁས་གྲངས་པ་ནི། བདེན་པའི་གཅིག་བྲུལ་དུ་དངོས་སུ་ཁས་  
 གྲངས་པ་ཡིན་གྱི་ཤུགས་ཀྱིས་མིན་ནོ། །ཕྱོགས་འདིས་ནི་བདེན་པའི་གཅིག་མིན་  
 པའི་བྲུབ་བྱ་བཞི་གཞན་ལ་ཁས་གྲངས་ཚུལ་ཡང་ཤེས་པར་བྱའོ།

གལ་ཏེ་སྟོར་བ་འདི་རང་རྒྱུད་དུ་བྱེད་ན། གཞན་གྱིས་སྐྱས་པའི་བདག་  
 དང་། དབང་སྤྱག་ལ་སོགས་པ་དང་། རང་སྤེས་སྐྱས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་།  
 ཤེས་པ་ཆ་མེད་ཀྱི་ཆོས་ཅན་མ་གྲུབ་པས། ཕྱོགས་ཆོས་མ་གྲུབ་པར་འགྱུར་

བས། མི་འཐད་དོ་ཞེ་ན། འདི་དཀའ་འགྲེལ་ལས་གཞན་སྡེས་བཏགས་པའི་མ་  
 བྲགས་པ་ལ་ནི། ཐལ་བར་སྐྱབ་པ་ཁོན་ཡིན་ལ་བྲགས་པའི་རང་གི་ངོ་བོ་རྣམས་  
 ལ་ནི། གཉིས་ཀ་ལྟར་ན་ཡང་ཉེས་པ་མེད་ཅེས་འཆད་ཅིང་། ཆ་བ་ལ་སོགས་པ་  
 བོད་ཀྱི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་། གཞན་གྱིས་བཏགས་པའི་ཆོས་ཅན་ལ་རང་  
 རྒྱུད་མི་རུང་བར་འཆད་དོ། །དབུ་མ་སྤང་བ་ལས་ནི་སྤར་བཤད་པ་ལྟ་བུའི་ཆོས་  
 ཅན་དུ་བཟུང་བ་ལ་ཡང་། རྟགས་ཆོས་རྣམ་བཅད་ཅམ་ཡིན་ན་རང་རྒྱུད་ཤིན་ཏུ་  
 ཡང་རུང་བར་ལན་མང་དུ་བཤད་དེ། རྟགས་དང་ཆོས་གཞི་གྲུབ་ཁོན་ལ་འབྲུག་  
 པ་ཡིན་ན་ནི། ཆོས་དེ་འདྲ་བ་ལ་ཐལ་འགྱུར་མིན་པ་རང་རྒྱུད་མི་རུང་ལ། རྟགས་  
 ཆོས་མེད་དཔག་གཞི་མ་གྲུབ་པ་ལ་རང་མི་འགལ་བ་ཡང་ཡིན་ན་ནི། ཆོས་ཅན་དེ་  
 འདྲ་ལ་རང་རང་རྒྱུད་རུང་བ་ལེགས་པར་བསྐྱབ་པ་ནི། སྟོབ་དཔོན་མཁས་པ་ཀ་  
 མ་ལ་ཤྱི་ལའི་ལུགས་སོ། །དེས་ན་དཀའ་འགྲེལ་ལས་སྤར་ལྟར་བཤད་པ་འདི་  
 དབུ་མ་སྤང་བ་དང་མི་མ་སྐྱུན་ནོ། །དཀའ་འགྲེལ་འདི་ཀ་མ་ལ་ཤྱི་ལའི་ཡིན་པར་  
 ཆོས་ཀྱི་བཤེས་གཉན་ཡང་བཞེད་པས། འདི་ནི་སྟོབ་དཔོན་ཐུགས་མ་རྫོགས་པའི་  
 སྐབས་སུ་གཅིག་ཏུ་མཛད་དམ་བཏགས་གོ། །འོ་ན་ཆོས་ཅན་དེ་འདྲ་བ་ལ་རུང་  
 ལུགས་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། འདི་ལ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤང་བོས།  
 མངོན་སུམ་དོན་དང་རྗེས་དཔག་དང་། །ཡིད་ཆེས་བྲགས་པས་རང་བརྟེན་  
 ལའོ། །ཞེས་རྟེན་ཏེ་ཆོས་ལ་མ་བསལ་བ་འཆད་པ་ལ། ཆོས་ཅན་ལའོ་ཞེས་པ་  
 ཅམ་མ་སྟོས་པར་རང་གི་ཆོས་ཅན་ཞེས་པའི་ཆོག་སྟོས་པའི་དགོངས་པ་དཔལ་

ལྷན་ཆོས་གྲགས་གྱིས་བཤད་པའི་ཆོ། ཆོས་ཅན་འབའ་ཞིག་པ་དང་། བསྐྱུ་བ་  
བྱའི་ཆོས་གཉིས་ཆོགས་པའི་ཆོགས་དོན་བསལ་ཡང་ཆོས་དེས་བསྐྱུ་བ་བྱའི་ཆོས་  
རང་གི་རྟེན་ཆོས་ཅན་པས་སྒྲིན་མིན་ནོ། །དེས་ན་བསྐྱུ་བ་བྱའི་ཆོས་རང་གི་རྟེན་གྱི་  
ཆོས་ཅན་དང་དེ་གཉིས་ཆོགས་པ་བསལ་ན། སྒྲིན་ཡིན་པ་བསྐྱུ་བའི་དོན་དུ་རྟེན་  
ཞེས་གསུངས་པ་བཤད་དོ། ཆོས་ཅན་འབའ་ཞིག་པ་བཀག་པ་ལ་སྒྲིན་ཇི་ལྟ་བུ་  
ཡིན་པ་ནི། དཔེར་ན་མཁས་སོགས་གཞན་དག་གིས། ཞེས་སོགས་རྣམ་འབྲེལ་  
ལས་རྒྱས་པར་བཤད་དེ། བྱེ་བྲག་པའི་འདོད་པ་ལ་འབྱུང་དོ། ཆོས་ཅན་འབའ་  
ཞིག་པ་ཞེས་པ་ནི། ཆོས་ཅན་དུ་སྤྲུལ་གྱི་སྐབས་དེའི་བསྐྱུ་བ་བྱའི་ཆོས་ཀྱི་རྟེན་  
མིན་པས། ཆོས་ཅན་ཡན་གར་བར་སོར་བའི་དོན་ནོ། །རང་རྒྱུད་ཀྱི་སྐབས་སུ་  
ཚོད་གཞིར་གང་བྱུང་དེ་ཉིད་ལ་སྤྲུལ་ཆོས་འབྱུང་དགོས་ན། ཆོས་ཅན་འབའ་  
ཞིག་པ་དང་། རང་རྟེན་གྱི་ཆོས་ཅན་གཉིས་འབྱེད་པའི་དོན་མེད་པས་བདག་དང་  
གཙོ་བོ་སོགས་ཚོད་གཞིར་བཟུང་བའི་ཆོ། །རང་རྒྱུད་ཀྱི་རྟགས་མི་རུང་ཞེས་པ་  
ནི། རིགས་པའི་དབང་ཕྱོགས་གཉིས་ཀྱི་རང་གི་ལུགས་དང་། ལུ་སྟེགས་ཀྱི་བྱུང་  
བར་དབྱེ་བ་མ་ཕྱེད་པའོ། །ཚུལ་འདིས་མདོ་དང་རྣམ་འབྲེལ་གྱི་གཞུང་བྲངས་  
ནས་རྒྱས་པར་དབྱེ་བ་སྤངས་པ་ལས་གསུངས་སོ། །འདི་ཡང་དབྱེ་བ་སྤངས་པ་ལས་  
བདག་དང་གཙོ་བོ་སོགས་འགོག་པ་ནི་ཐལ་འགྱུར་ཙམ་གྱིས་མི་ཆོག་གི་རང་རྒྱུད་  
ཀྱི་རྟགས་ཀྱིས་གྱུང་དགག་དགོས་པ་དང་། དེ་ཡང་རང་སྟོན་ནས་དགག་དགོས་  
པ་གཉིས་ཀྱིས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲུར་བའི་ཚོད་གཞིར་བཟུང་དགོས་པ་དང་། དེའི་ཆོ་

དེ་དག་དངོས་མེད་དུ་སྐྱབ་པའི་རྟགས་ཀྱིས་ཆོས་ཅན་བཀག་ཀྱང་། སྒྲོན་མ་ཡིན་  
 པའི་ཚུལ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱབས་སོ། །ཕྱོགས་སྒྲུང་གིས་གསུངས་པའི་དོན་རྣམ་  
 འབྲེལ་ལས། དཔག་བྱ་དཔོག་པར་བྱེད་པ་ཡི། །དོན་གྱི་ཐ་སྙད་གནས་པ་  
 འདི། །ཤེས་པ་ལ་བྱུང་ཐ་དད་ལ། །བརྟེན་ནས་རྣམ་པར་བརྟགས་པ་ཡིན། ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་གཞི་དངོས་པོ་དགོས་པ་བྱས་པས་སྒྲུ་མི་རྟག་པ་དང་། དུ་བ་མེ་  
 ཡོད་དུ་སྐྱབ་པ་ལ་ཡང་རྟོག་པ་ལ་སྒྲུ་དང་ལ་གཉིས། དེ་གཉིས་མ་ཡིན་ལས་ལོག་  
 པར་སྒྲུང་པའི་དོན་ཉིད་དགག་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་རྟེན་ཡིན་གྱི་སྒྲུ་དང་ལ་ཉིད་དངོས་ཀྱི་  
 རྟེན་མིན་ཏེ། དགག་སྐྱབ་བྱེད་པའི་རྟོག་པ་ལ་དངོས་སུ་མི་སྒྲུང་པའི་བྱིར་དང་།  
 ཆོས་གཅིག་ཅིག་བསྐྱབས་ན་དེའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཅིག་ཅར་དུ་བསྐྱབ་པར་འགྱུར་  
 པའི་བྱིར་རོ། །འོན་ཀྱང་ད་ལྟར་སྒྲུང་པའི་སྒྲུང་གཞི་ནི་སྒྲུ་དང་ལ་ཡིན་པས་གཞི་  
 དངོས་པོར་གྱུར་པ་དགོས། གཞི་ཆེན་དངོས་པོ་ཡིན་པ་མི་དགོས་པ་གཙོ་བོ་དང་  
 དབང་ཕྱུག་ལ་སོགས་པ་ཚད་གཞིར་བཟུང་བ་ལ་ཡང་རྟོག་པ་ལ་གཙོ་བོ་དང་  
 དབང་ཕྱུག་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པར་སྒྲུང་བ་ནི་ཡོད་ལ། དེ་ཉིད་ལ་དམིགས་  
 རས་དངོས་པོར་མེད་ཅེས་བསྐྱབ་པས་གཞི་དེ་ལ་བྱིར་ཆོལ་ལ་ཤེས་འདོད་དང་།  
 སྒྲུ་ཆོལ་ལ་དཔག་འདོད་མེད་པའི་སྒྲོན་མེད་ལ། སྒྲུང་གཞི་དངོས་པོར་མེད་པ་  
 དོན་བྱེད་པ་གཉིས་སྒྲུང་དང་། སྒྲུང་གཞི་བདེན་པར་ཡོད་པ་བདེན་པའི་གཅིག་དུ་  
 བལ་གྱི་བཀག་པ་ན། རྟགས་དེ་གཉིས་གཙོ་བོ་དང་དབང་ཕྱུག་མ་ཡིན་པ་ལས།  
 ལོག་པར་སྒྲུང་བ་དེ་ཉིད་ལ་འབྱུང་ལ། དེ་ཉིད་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་གང་གི་ཆོས་སུ་



འཛོག་པའི་ཆོས་ཅན་དང་། རྟོགས་ཀྱི་ཆོས་གང་གི་ཆོས་སུ་བཞག་པའི་རྟོགས་སུ་  
བཏགས་པ་ཉིད་ཡིན་པས་ཆོས་ཅན། འབའ་ཞིག་པ་བཀག་པས་ཀྱང་རྟོགས་ཆོས་  
མི་འབྱུང་བའི་སྒྲིན་མེད་དོ། །བྱས་པས་སྤྱི་མི་རྟག་པར་བསྐྱབ་པ་ན། རྟོག་པ་ལ་  
སྤྱི་མ་ཡིན་པ་ལས་ལོག་པར་སྤང་བའི་སྤང་ལྟོག་དངོས་པོར་མེད་པས། བྱས་པ་  
རྟགས་དེ་ལ་འབྱུང་བ་མིན་གྱི། སྤང་གཞི་སྤྱི་ལ་བྱུང་དགོས་དེ། དངོས་པོ་རྟགས་  
དང་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་སུ་བྱེད་པའི་གནད་ཀྱིས་སོ། །དོན་བྱེད་པས་སྤང་བ་དང་དུ་  
བྲལ་རྟགས་སུ་བྱེད་པའི་ཆོས་ཀྱི། སྤང་གཞི་དང་སྤང་ལྟོག་གཉིས་ཀ་རྟགས་དེ་ཡིན་  
པར་བྱུང་ཅིང་། སྤང་གཞི་རྟགས་དེ་ཡིན་པར་བྱུང་ན། དེ་བཀག་ཀྱང་སྤང་ལྟོག་  
སྐྱབ་ཆོས་དང་། རྟོགས་ཆོས་ཀྱི་ཆོས་གཉིས་བརྟན་པའི་ཆོས་ཅན་དུ་འབྱུང་གོ། །  
འདི་ནི་སྤང་བོ་བསྐྱས་པ་སྟེ་རྒྱས་པར་དབྱེ་མ་སྤང་བ་ལས་ཤེས་དགོས་སོ། །

གཉིས་པ་ནི་སྤྱོད་བ་འདིའི་རྟགས་དང་། བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་གཉིས་མེད་  
དགག་ཡིན་ནམ། མ་ཡིན་དགག་ཡིན་དང་པོ་ལྟར་ན་དགག་བྱེད་ས་ནས་འདི་མེད་  
པ་ཞེས་དགག་བྱ་བཅད་ཅུམ་མིན་པ། རང་གི་ངོ་བོ་མེད་ལ་དེ་མེད་ན་ངོ་བོ་གཅིག་  
པ་མེད་པས་བདག་གཅིག་པའི་འབྲེལ་བ་མེད་ཅིང་། འབྲེལ་བ་གཞན་ཡང་མེད་  
པས་གོ་བྱ་དང་གོ་བྱེད་དུ་མི་རུང་ངོ་། །མ་ཡིན་དགག་ཡིན་ན་ནི། གཅིག་དང་དུ་  
བྲལ་གྱི་དངོས་པོ་ཁས་སྤངས་པར་འགྱུར་ལ། ཁོ་བོ་ཅག་དེ་མི་འདོད་པ་མིན་ནོ་ཞེ་  
ན། འདི་ལ་སྤང་བ་ལས་ངོ་བོ་ཐ་དད་པ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་བདག་གཅིག་པའི་  
འབྲེལ་བ་དེ་གཉིས་ལ་ཡོད་པ་དང་། བདག་གཅིག་པའི་འབྲེལ་བ་ནི། དངོས་པོ་

ཁོན་ལ་མིན་ཏེ། དེའི་བདག་ཉིད་ནི་ངོ་བོ་ཐ་དད་མེད་པའི་རྣམ་གྲངས་ཡིན་ལ།  
 ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་དག་ཀྱང་བདག་མེད་པ་ཉིད་དུ་མཚུངས་པས་འགལ་བ་མེད་པ་  
 ཁོན་འོ་ཞེས་གསུངས་ཏེ། ཡོད་པ་ལ་ངོ་བོ་ཐ་དད་ཁེགས་ན་ངོ་བོ་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་  
 ཞིང་གཅིག་ཡིན་པ་ཁེགས་པས་ངོ་བོ་གཅིག་པའི་ཐ་དད་པའི་བདག་གཅིག་འབྲེལ་  
 བ་ཡོད་པས་བྱུང་བ་དང་། མེད་དགག་ཏུ་བཞག་པའི་རྟགས་ཚོས་གཉིས་ཀ་  
 བདག་མེད་པའི་ངོ་བོར་འབྲེལ་སོ། །སྤྲུལ་དུ་དགོངས་ཏེ། བདེན་པ་མེད་པ་ནི་  
 བདག་མེད་པའོ། །ཁོན་ཏེ་བདེན་པར་མེད་ཅེས་མ་བྱས་པར་བདེན་པ་མ་ཡིན་ཞེས་  
 བརྗོད་ཀྱང་དེ་ཅུམ་གྱི་དོན་དམ་པའི་ངོ་བོར་མི་འགྲུབ་སྟེ། རྣམ་མཁའ་དང་སྒྲ་དོན་  
 ལུས་ཅན་མ་ཡིན་པ་སོགས་ཀྱི་སྒྲས་བསྟན་པ་བཞིན་ནོ། །གཅིག་དང་དུ་བྲལ་གྱི་  
 དངོས་པོ་ཡང་དག་པར་བྱུང་བ་བྱེད་ལ་ཡང་མེད་དེ། དེ་གཉིས་གང་དུ་འང་མི་  
 ཞེན་པར་དངོས་པོ་ཅུམ་དུ་ཞེན་པ་རྟགས་པ་ལའང་མེད་པའི་སྤྱིར་དང་། གཅིག་  
 དང་དུ་མས་རང་བཞིན་སྤང་བ་ལས། རྟགས་ཚོས་གཉིས་ཀ་རྣམ་བཅད་ཅུམ་ཡིན་  
 པར་གསལ་བར་གསུངས་པའི་སྤྱིར་ན་མེད་དགག་ཁོན་འོ། །འདི་ལ་སྤར་གྱི་བོད་  
 ཀྱི་མཁས་པ་ཁ་ཅིག་གཅིག་དང་དུ་བྲལ་གྱི་སྤང་བས་བདེན་མེད་ཀྱི་སྤང་བ་དང་།  
 གཅིག་དུ་བྲལ་གྱིས་བདེན་མེད་ཀྱི་ཐ་སྟོན་བསྟུན་ན། མ་ཡིན་དགག་སྟུན་པ་ཡིན་  
 ལ་གཅིག་དང་དུ་བྲལ་གྱི་དོན་དམ་གྱི་དངོས་པོའི་ཐ་སྟོན་དུ་བྱར་རུང་བས་སྤོང་བ་  
 སྟུན་པ་ན་མེད་དགག་སྟུན་པ་ཡིན་ཞེས་ཟེར་ཏེ་འོག་ཏུ་བཤད་པར་བྱའོ།

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། རྟགས་ཚོས་བསྟུན་པ་དང་། བྱུང་བ་བསྟུན་

པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། རྟགས་གཉིས་བསྐྱབ་པ་དང་། དེ་གཉིས་ཚད་མ་གང་  
གིས་གྲུབ་པ་དང་། རྟགས་ལུང་དང་སྒྱུར་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། བདེན་པའི་  
གཅིག་བྲལ་སྐྱབ་པ་དང་། བདེན་པའི་དུ་བྲལ་སྐྱབ་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཤེས་  
བྱེད་གཅིག་དགག་པ་དང་ཤེས་པ་ལ་གཅིག་དགག་པའོ། །དང་པོ་ལ་ལྷ། རྟག་  
པ་དང་། གང་ཟག་དང་། བྱབ་པ་དང་། རགས་པ་དང་། སྤྲ་བ་ལ་གཅིག་  
དགག་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། རྟག་པས་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པ་ལ་གཅིག་དགག་  
པ་དང་རྟག་པས་འབྲས་བུ་མི་བསྐྱེད་པ་ལ་གཅིག་དགག་པ་དང་། རྟག་པ་དབྱེད་  
པའི་གཞིར་མི་འཛིན་པའི་ཚུལ་བསྟན་པའོ། །

དང་པོ་ནི་གཏན་ཆོག་ས་འདི་ཞེས་པ་ནི། སྤྲ་བྱི་ཆོས་ཅན་ལ་རྟགས་  
གཉིས་འབྲུབ་ཚུལ་བསྟན་པའི་མཚམས་སྟོན། རང་གཞན་གྱི་སྤེལ་སྐྱེས་པའི་  
དངོས་པོ་ལ་རྟག་མི་རྟག་གཉིས་སྤྲེལ་ལ། དེ་ལ་རྟག་པ་དང་གཙོ་བོ་ལ་སོགས་  
པ་ནི་འབྲས་བུ་ལ་རིམ་པ་ཅན་དུ་ཉེ་བར་སྒྱུར་བས་གཅིག་པུའི་རང་བཞིན་མིན་ནོ། །  
ཁ་ཅིག་སྒྱུར་བ་འདིའི་དམ་བཅའ་ལ་ཚད་མས་བསལ་བ་མེད་པར་སྐྱབ་པས་ཐལ་  
འགྱུར་དང་། རྟགས་མི་འབྲུབ་པས་སུན་འབྱེན་གྱི་ཐལ་འགྱུར་མིན་ལ། གཞན་  
གྱི་རྟག་པ་ཆོས་ཅན་ཡིན་ན་མི་འབྲུབ་ལ། སྒྲ་དོན་ཆོས་ཅན་ཡིན་ན་རྟགས་མི་  
འབྲུབ་པས་རང་རྒྱུད་ཀྱང་མིན་པས་མི་འཐད་དོ། །ཞེས་པའི་ལན་དུ་རང་རྒྱུད་དུ་  
བྱེད་ལ། ཆོས་ཅན་ནི་སྒྲ་དོན་ཡིན་ཞིང་རྟགས་ནི་རིམ་གྱིས་སྒྱེ་བར་སྤང་བ་ཡིན་  
ལ། དེ་རང་རིག་གིས་གྲུབ་པས་རྟགས་མ་གྲུབ་པའི་ཉེས་པ་མེད་དོ། །རིམ་གྱིས་

སྐྱེ་བར་སྤང་བ་བདེན་ན་དུ་མར་བདེན་པས། གཅིག་མིན་ལ་རྒྱན་ན་དངོས་མེད་  
 ཡིན་པས་གཅིག་མིན་པས་བྱུང་བ་འགྲུབ་པོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ།  
 གཅིག་དང་དུ་མས་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་བར་བཤད་པ་ལྟར་ཡིན་པས།  
 དངོས་མིན་དང་གཅིག་ཡིན་གཉིས་མི་འགལ་བའི་ཕྱིར་དང་། ཆ་མེད་གྱི་རྟག་  
 བའི་གཅིག་དང་འབྲས་བུ་རིམ་ཅན་དུ་བསྐྱེད་པ་གཉིས་ལ་འགལ་བ་སྟོན་པ་ཡིན་  
 གྱི། འབྲས་བུ་རིམ་ཅན་དུ་སྐྱེ་ན་དུ་མ་ཡིན་དགོས་ཞེས་སྟོན་པ་གཏན་མིན་བའི་  
 ཕྱིར་ཏེ། འབྲས་བུ་རིམ་ཅན་དུ་སྐྱེ་བ་དང་། །གཅིག་ཡིན་པ་གཉིས་འགལ་ན་  
 འབྲས་བུ་རིམ་ཅན་དུ་བསྐྱེད་པ་ཡིན་པའི་དུ་མ་ཡིན་པ་མི་སྲིད་པར་འགྲུར་ཏེ།  
 དེའི་གཅིག་ཡིན་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་དང་། དེའི་དུ་མ་ནི་གཅིག་བསགས་པ་ཡིན་  
 བར་གཞུང་ལས་མང་དུ་བཤད་ལ། དེ་ལྟར་དུ་རང་ཡང་འདོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ་དེས་  
 ན་དོན་བྱེད་པ་གཉིས་རེ་རེ་ལ་ཡང་གཅིག་དང་དུ་མ་གཉིས་ཀ་ཡོད་དེ། གཞན་དུ་  
 ན་དེ་མེད་པར་ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་རྟག་པ་སྤྱི་བོ་ཐད་དུ་འདོད་པ་  
 འོག་ནས་འགོག་པས། འདི་ནི་སྤྱི་བོ་དུས་གྱི་རྟག་པ་རྣམས་གཅིག་ཏུ་འདོད་པ་  
 འགོག་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་དེ་འབྲས་བུ་དེས་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་ན་ཅིག་ཅར་དུ་སྐྱེ་  
 དགོས་པས་རིམ་ཅན་དང་འགལ་བ་སྟོན་པ་ནི། དེ་དག་གི་འབྲས་བུ་རྣམས་ཞེས་  
 པ་ནས་གལ་འགྲུར་གྱི་བར་གྱིས་སྟོན་ཏེ། རྒྱུ་མ་ཚང་བ་མེད་པ་དང་། རྒྱུ་རྩས་པ་  
 ཐོགས་མེད་དུ་ཡོང་བས། འབྲས་བུ་རིམ་གྱིས་འབྲུང་བ་མི་འཐད་པ་དང་།  
 གཞན་དུ་ན་རྒྱུ་འཛིན་སུ་འགོ་སྟོག་མི་བྱེད་པས། འབྲས་བུ་མིན་པར་བསྟན་ཏེ།

ལྷན་ཅིག་བྱེད་པཱི་རྒྱ་མ་ཚང་བར་སྤྱོད་པ་འགོག་པ་ན། རྟག་པ་རྒྱུན་ལ་མི་བཟོས་པ་  
 དང་། རྒྱུན་མི་ཚང་བ་ཉིད་མི་འཐད་པ་ནི། བྱེད་བྱ་ཏུ་ཞེས་བ་དང་། གཞན་ལ་  
 ཞེས་བས་བསྟན་ནོ། །རིགས་བ་དེས་གཞན་གྱི་ཚོད་སྤོང་ཡང་མི་འཐད་པ་ནི།  
 འདིས་ནི་ཞེས་བཤོ། །དེས་ན་ཁས་སྤངས་རྟགས་སུ་བཞེད་ནས་གཞན་མི་འདོད་  
 པཱི་ཐལ་བ་བྱབ་པ་ཚད་མས་སྤྱོད་པ་ཡིན་པས་སུན་འབྱིན་པཱི་ཐལ་བཤོ། །  
 འབྲས་བུ་རིམ་ཅན་དུ་བསྐྱེད་པ་ན་སྤྱོད་པ་དེ་བྱི་དུས་དང་། བྱིས་བསྐྱེད་པ་  
 དེ་སྤྱོད་པ་སུ་མི་བསྐྱེད་པར་སྤྱོད་གོས་པས། སྤྱོད་པ་ཏུ་རྟག་པ་དང་། བྱིས་དུས་  
 གྱི་རྟག་པ་གཉིས་རང་བཞིན་བྱུང་མེད་དུ་མི་འདོད་ན། །དེ་ཉིད་ཆ་མེད་གྱི་གཅིག་  
 ཡིན་པ་ཉམས་ལ། འདོད་ན་བྱིས་གྱི་འབྲས་བུ་དེ་སྤྱོད་པ་ཡང་བསྐྱེད་པ་དང་། ཡང་  
 ན་བྱིས་ཀྱང་མི་བསྐྱེད་པར་འགྱུར་བཱི་སྒྲིན་ཡོད་དོ། །རང་ལ་མི་མཚུངས་པ་ནི་སྤྱོད་  
 བྱིའི་དུས་ན་ཡོད་པ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་མི་འདོད་པས་སོ། །དེས་ན་འབྲས་བུ་རིམ་  
 གྱིས་བསྐྱེད་པས་གཅིག་ཡིན་པ་ཅེས་འགོག་པ་མིན་ནོ།

གཉིས་པ་ནི། རང་གི་སྤྱོད་པ་ནི་བྱེད་བྱ་ཏུ་སྤྱོད་བཤོ། །དེས་ནི་འདུས་མ་  
 བྱས་གསུམ་རྟག་དངོས་སུ་འདོད་དོ། །བསྒྲོམས་སྟོབས་ལས་བྱུང་བཱི་ཤེས་པ་  
 ནི། རྣལ་འབྱོར་མཛོད་སུམ་སོ། །དེའི་དམིགས་པ་ནི་སོ་སོར་བརྟགས་འགོག་  
 འགོག་བདེན་ཡིན་གྱི་གཞན་གཉིས་མིན་ནོ། །འགོག་པ་མེད་པ་ནི། རང་འཛིན་  
 བྱེད་གྱི་ཤེས་པ་སྤྱོད་པ་ལ་འང་རྣམ་པ་མེད་པཤོ། །དེ་དག་གི་ལྷར་ན་འདུས་མ་བྱས་  
 སྤྱིའི་དུས་ན་ཡོད་པཱི་རང་བཞིན་བྱུང་མེད་གཅིག་ཏུ་ཁས་ལེན་པ་ལ་སྤྱོད་གྱི་

གཞོན་པ་མེད་དོ། །འབྲས་བུ་རིམ་ཅན་ལ་ཉེ་བར་སྒྲོར་བ་མི་འདོད་པ་སོ། །  
སྒྲུ་མ་པ་སོ། །རིགས་པ་སྒྲུ་མ་དང་འབྲས་བུ་སྒྲོན་པ་ནི། །གལ་ཏེ་འདི་ལྟར་ཞེས་  
སོགས་སོ། །འདིས་ནི་གཅིག་ཏུ་འདོད་ལུགས་སྒྲུ་མ་དང་འབྲས་བུ་འབྲས་བུ་ལ་  
སྒྲོར་བ་ཁས་ལེན་ཀྱང་ཤེས་པ་རིམ་ཅན་གྱི་ཤེས་བྱར་ཁས་ལེན་པས། སྒྲུ་གི་  
རིགས་པ་འདོན་པ་སྒྲོས་པ་སྒྲོག་པར་བཞེད་དོ། །འདི་སྒྲུ་མ་གཉིས་ཀས་གཅིག་  
ཏུ་ཁས་སྒྲུངས་ལུགས་ལེགས་པར་ཤེས་ནས་དེས་སྒྲོན་ཁྱུང་ལུགས་ཤེས་དགོས་པ་  
གནད་ཡིན་གྱི་གཅིག་ཅུ་འགོག་པ་ལ་སྒྲོར་བ་རྣམས། །གཏན་མིན་ནོ། །ཡུལ་  
དང་ཞེས་པ་སོ། །ཤེས་པ་རིམ་གྱི་ཤེས་བྱ་དང་། དུས་སྒྲུ་བྱིན་ཡོད་པ་རང་བཞིན་  
གཅིག་ཡིན་པ་མི་འགལ་བའི་རྒྱུ་མཚན་དེ་གཉིས་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་ཅུ་ཁས་  
ལེན་གྱི་ཕན་ཚུན་དུ་བྱུང་བར་བསྐྱེད་པ་ནི་མིན་ནོ། །འདི་ལྟར་ཞེས་པ་ཉེས་པ་སྒྲོང་  
མི་རུས་པར་སྒྲོན་ནོ། །

འདིར་དབྱེད་པ་བྱ་སྟེ། ཤེས་པ་སྒྲུ་མ་འདི་དུས་ན་ཡོད་པའི་འདུས་མ་བྱས་  
དེ་ཤེས་པ་བྱི་མའི་དུས་ན་འདྲ་ཡོད་དམ་ཅེད། དང་པོ་ལྟར་ན་རྣམ་ཤེས་ཞེས་  
སོགས་ཀྱིས་འགོག་གོ། །སྒྲུ་དུས་ན་ཡོད་པ་དེ་ཤེས་པ་བྱི་མས་མ་ཤེས་ན་ཤེས་པ་  
སྒྲུ་མའི་ཤེས་བྱར་སོང་ལ། ཤེས་པ་བྱི་མའི་ཤེས་བྱར་མ་སོང་བའི་སྐབས་གཅིག་  
སྤྱིད་པ་དགོས་ལ། དེ་སྤྱིད་ན་སྒྲུ་དུས་ན་ཡོད་པའི་འདུས་མ་བྱས་ཏེ། དུས་དེར་  
ཤེས་པ་བྱི་མས་མི་ཤེས་པས་དེ་བྱིས་ཀྱང་ཤེས་པ་མི་འཐད་དེ། སྒྲུ་མ་ཤེས་པའི་  
རང་བཞིན་དེ་སྒྲུ་དུས་སུ་ཐད་དུས་ན་མ་ཡང་མི་འདོར་བར་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་བྱིར་

རོ། །དེ་ལྟར་ཁས་མི་ལེན་ན་དུས་གཉིས་པ་ན་མེད་པའི་འདུས་མ་བྱས་དེ་ཆ་མེད་  
 པའི་གཅིག་ཡིན་པ་ཉམས་སོ། །ཡང་སྔ་དུས་ན་ཤེས་པ་སྔ་མའི་ཤེས་བྱར་སོང་  
 བའི་རང་བཞིན་དེ་དུས་ནས་ཡང་མི་འདོར་ན། ཕྱི་དུས་སུ་འང་། ཤེས་པར་སྔ་  
 མས་ཤེས་པར་ཁས་སྦངས་དགོས་ལ། དེ་ལྟ་ན་ཤེས་པ་ཡོད་དུས་དེར་མེད་པ་  
 དང་། དུས་དེར་ཤེས་པ་དེས་དེ་ཤེས་པ་གཉིས་འགལ་ཏེ། རིགས་པ་དེ་གཉིས་ནི་  
 ཤེས་པ་ཕྱི་མའི་ཤེས་བྱ་སྔ་མར་འབྲང་བ་ལ་ཡང་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེས་ན་རིགས་  
 པ་འདིས་རང་སྤྱིའི་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་དངོས་པོ་སྔ་ཕྱི་གཅིག་ཡིན་པ་མི་ཁེགས་ན་  
 གཞན་སྤེས་གཙོ་བོ་ལ་སོགས་པ་འབྲས་བུ་རིམ་ཅན་ལ་སྦྱར་བར་ཁས་སྦངས་  
 པས། རྟག་དངོས་ཀྱི་གཅིག་ཡིན་པ་འགོག་མི་ལུས་པ་རྣམས་པ་ཐམས་ཅད་དུ་  
 མཚུངས་ཏེ། རིགས་པ་གཉིས་དོན་གཅིག་ཏུ་སྒྲུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་རྣམས་  
 ལེགས་པར་ཤེས་ན་དབུ་ཚད་ཀྱི་རིགས་པ་རགས་པ་ལ་འང་མི་ཤེས་པར་ལུང་གི་  
 ཆོག་ཙམ་ལ་བརྟེན་ནས་བོད་འགའ་ཞིག་གིས་སྔ་ཕྱིའི་དུས་ན་ཡོད་པའི་རང་བཞིན་  
 ཁྱད་མེད་ཀྱི་ཆ་མེད་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པའི་ཆོས་ཉིད་རྟག་པ་ཁས་སྦངས་ནས། ཇི་མ་  
 རིམ་ཅན་དུ་སྦྱར་བ་དང་ཤེས་པ་རིམ་ཅན་གྱི་ཤེས་བྱར་ཁས་ལེན་པ་སོགས་ཀྱི་  
 ལོག་ཏྟག་ཐམས་ཅད་ལྷག་མ་མེད་པར་ཁེགས་པར་འགྱུར་རོ། །འདི་ལ་སྔར་གྱི་  
 བཤད་པ་བྱེད་པ་རྣམས་སྔར་ལྟར་རིགས་པའི་གནད་མ་རྟོགས་པར་གཞུང་ཡུལ་  
 གཅིག་ཡིན་ན་དེ་འཛིན་གྱི་ཤེས་པ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་བའི་གནོད་པ་བསྐྱེད་  
 པར་གོ་ནས་དགག་བཞག་དུ་མ་ཞིག་བྱེད་པར་སྒྲུང་མོད་ཀྱང་རྩ་བ་མ་ཟེན་པའི་

མཐའ་དབྱེད་དུ་སྒྲུང་ངོ། །རྟག་པ་གཉིས་པ་འདྲོད་ན་འདུས་མ་བྱས་མིན་པ་  
 དང་། དེའི་ལན་འགོག་པ་ནི་ཅི་སྟེ་ཞེས་པ་ནས་གསལ་བར་ཤེས་སོ། །ཞེས་པའི་  
 བར་དུ་སྒྲུང་། །འདུས་མ་བྱས་གཞན་གཉིས་ཀྱང་ཤེས་པ་གཞན་གྱི་རིམ་ཅན་དུ་  
 ཤེས་པར་འདྲོད་པས་དེ་འགོག་པའི་ཡང་སྒྲུང་བཞིན་དུ་བྱའོ། །དེ་ལྟར་དུས་སྟེ་  
 དུ་མ་ན་ཡོད་པའི་འདུས་མ་བྱས་སྟེ་མ་ན་གང་ཡོད་ཀྱི་མ་དང་། བྱི་མ་ན་གང་ཡོད་  
 སྟེ་མ་ན་ཡོད་པའི་རྟག་པ་འདྲོད་པ་ལགས་པར་སྟུན་སྒྲུང་བ་འདིས་ནི། སྟེ་བྱི་འི་  
 དུས་ན་ཡོད་པ་ཆ་མེད་ཀྱི་རང་བཞིན་གཅིག་པའི་རྟག་པ་ནི་ཤེས་བྱ་ལ་མི་སྲིད་པར་  
 སྟོན་ནོ། །དེ་ལྟར་བསྟན་པ་ན་རྟག་པའི་འདྲོད་ལུགས་སུ་སྟེགས་པ་དང་རང་གི་  
 ལུགས་ཀྱི་བྱུང་པར་མ་བྱེད་པ་རྣམས་རྟག་པ་དང་འདུས་མ་བྱས་ཅམ་མི་སྲིད་པར་  
 སྟེ་ཞིང་། གཞལ་བྱས་སྟེ་རྟག་པར་བསྟུབ་པ་ཐུན་མོང་གི་མ་ངེས་པར་གསུངས་པ་  
 ཡང་འགལ་བར་འདྲོད་པ་དག་གིས་ནི། ཐོག་མ་ཐུན་མོང་ལས་འདུས་མ་བྱས་་  
 གསུམ་ཆོས་ཀྱི་སྟེ་མཆེད་དུ་བཤད་ཅིང་ཐོབ་བྱའི་ཆོས་ལྟ་ངན་ལས་འདས་པ་དང་།  
 འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་གསུངས་པའི་འགོག་བདེན་དང་། ཐུན་མོང་མིན་པའི་  
 གསུང་རབ་རྣམས་ལས་ཆོས་ཉིད་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན། དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་  
 འདུས་མ་བྱས་སུ་ལན་ཅིག་མ་ཡིན་པར་གསུངས་པ་རྣམས་ལ་མེད་དོ་ཞེས་སྒྲུར་  
 བ་འདེབས་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ནི་མི་འཐད་པར་རང་གི་འདུས་མ་བྱས་ཁས་ལེན་  
 ཚུལ་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ཡང་རྟག་པར་འདྲོད་ཕྱིན་ཆད་དུས་སྟེ་མ་ན་ཡོད་ཆད་  
 གང་ཡིན་དུས་བྱི་མ་ན་འང་ཡོད་པར་འདྲོད་པ་ནི། ལུ་སྟེགས་ཀྱི་འདྲོད་པའི་རྟག་



པའི་དོན་ཡིན་ལ། སྐྱེ་བོ་སྤྱན་པོའི་རྟག་པར་འཛིན་ཚུལ་ཡང་དེ་ཡིན་ཏེ་རྟག་པའི་  
 དོན་འདི་ལྟར་བྱེད་པ་ནི་རང་སྤྱེ་ལ་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྤྱོད་པ་མ་གཏོགས་པ། མདོ་སྤྱེ་པ་  
 དང་སེམས་ཚུལ་པ་དང་། དབྱུ་མ་པ་སྤྱི་ཡང་མི་འདོད་དོ། །དེས་ན་རྣམ་འབྲེལ་  
 ལས། གང་གི་རང་བཞིན་འཛིག་མེད་པ། །དེ་ལ་མཁས་རྣམས་རྟག་ཅེས་བཤེད།  
 ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་འཛིག་པ་མེད་པའི་ཆོས་ནི་རྟག་པའི་དོན་ཡིན་གྱི་སྤྱར་ལྟར་  
 མི་འདོད་དོ། །དེ་འདྲ་བའི་འདུས་མ་བྱས་ནི། རྩ་བུ་ཞིག་པའི་ཞིག་པ་ནི། སྤྱར་  
 རྩ་བུ་མ་ཞིག་པའི་དུས་ན་མེད་ལ་ཕྱིས་ཡོད་ཀྱང་རྟག་པར་འཛིག་དགོས་པ་ལྟར།  
 དུས་ཐམས་ཅད་པ་རྟག་པ་ལ་མི་དགོས་ཏེ། མཐོང་སྤྱང་སྤྱངས་པའི་སྤྱངས་པ་སོ་  
 སོར་བརྟགས་འགོག་སྤྱང་བྱ་དེ་མ་ཟད་བར་དུ་མེད་ཀྱང་ཟད་པའི་དུས་སུ་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྒྲོམ་སྤྱང་དགྲ་ཟད་པ་ལ་ཡང་སྤྱར་ལ། སྤྱད་ཅིག་མ་  
 སྤྱ་མ་ཕྱི་དུས་སུ་ཞིག་པ་ལ་སོགས་པ་ཞིག་པ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་སྤྱར་རོ། །  
 དབལ་ལྟན་རྒྱ་བའི་ཞབས་ཞིག་པ་དངོས་པོར་བཞེད་པའི་རྗེས་སུ་ཁོ་པོ་ཅག་ཀྱང་  
 འབྲང་མོད་ཀྱང་། འདི་སྒྲོབ་དཔོན་འདི་ལ་སོགས་པ་གཞན་གྱི་བཞེད་པ་ལྟར་  
 བྱའོ། །ཆོས་ཉིད་ཡིན་པའི་སྒྲོ་བུར་ངི་བྲལ་གྱི་སྤྱངས་པ་ནི། སྤྱར་ལའང་པ་དང་  
 འདྲ་སྟེ། རང་བཞིན་རྣམ་དག་གི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཆོས་ཅན་སྤྱ་མའི་སྤྱང་ཉིད་ཆོས་  
 དེ་ལོག་པ་ན་ལྟོག་པས། ཆོས་དེ་མེད་པའི་དུས་ན་མེད་པས་དུས་རེས་འགའ་བ་  
 ཡིན་ཀྱང་མི་རྟག་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དགག་བྱ་རྣམ་པར་བཅད་ཅུ་གྱི་མེད་  
 དགག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། བྱད་གཞི་ལོག་པ་ན་བྱད་ཆོས་ལྟོག་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དུས་སྐྱིད་དང་འབྲེལ་བའི་ཆོས་ཉིད་དེ་ནི་གཅིག་མཚན་གཞིར་རུང་ཡང་དེའི་ཆ་  
 དུ་མ་ནི་ཡོད་དོ། །དེ་ལྟ་མིན་པར་རྟག་པ་གང་ཡིན་ཐམས་ཅད་ན་ཡོད་པར་འདོད་  
 ན། དངོས་པོ་སྐྱ་མ་སྐྱི་མའི་དུས་ན་ཞིག་པར་འདོད་པ་དང་། རྣམ་ཤེས་ཐོག་མ་  
 མེད་པ་ནས་ཡོད་པས་དངོས་པོ་ལ་མ་ཞིག་པའི་སྐབས་མི་སྲིད་པ་དང་མེ་ཏྲག་ལྟ་  
 བུ་དགུན་མེད་པའི་མེད་དགག་རྣམས་སུ་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་ཡོད་པས། དབྱར་  
 ཡང་མེ་ཏྲག་མེད་པ་དང་། མཐོང་སྤང་དང་སྟོམ་སྤང་ལམ་བསྟོམས་པས་ཟད་  
 པའི་འགོག་པ་རྣམས་ཀྱང་། འཁོར་བ་ཐོག་མེད་ནས་ཡོད་དགོས་པས། ལུས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་འབད་མེད་དུ་གྲོལ་བ་སོགས་ཀྱི་གནོད་པ་དུ་མ་ཞིག་འོང་། དེས་  
 ན་བུམ་པ་ལྟ་བུ་དགག་བྱ་དེ་མེད་པའི་ཆོ། དེ་མེད་པའི་མེད་དགག་དངོས་མེད་  
 ཡོད་པར་འཛོག་པ་དང་སྐུ་གུ་ས་པོན་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་ཆོ། ཡོད་པ་ལྟ་བུ་དང་།  
 ཡོད་ཚུལ་མི་མཚུངས་ཏེ། སྐྱ་མས་ཡོད་པར་འཛོག་པ་ནི། རང་གི་ངོ་བོའི་སྟོ་  
 ནས་མིན་གྱི་བུམ་པ་ལྟ་བུ་འདི་འདྲ་བ་གཅིག་མེད་པས་ཞེས་དགག་བྱ་བཅད་ལྟོག་  
 ནས་འཛོག་པ་མིན་པ་རང་གི་ངོ་བོའི་སྟོ་ནས་བཞག་ཏུ་མེད་པའི་སྤྱིར་དང་། སྤྱི་མ་  
 ནི་གཞན་བཅད་པའི་སྟོ་ནས་འཛོག་མི་དགོས་ལ། རང་གི་ངོ་བོའི་སྟོ་ནས་བཞག་  
 པས་ཆོག་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཡང་བུམ་པ་དེ་ཡོད་པའི་དུས་ན་དེ་མེད་པའི་མེད་  
 དགག་ཡོད་པར་འཛོག་པ་ནི་རང་གི་ངོ་བོ་ཞིག་པ་མིན་གྱི་དགག་བྱེད་ཡོད་པའི་སྟོ་  
 ནས་ཡིན་པས། དེ་འདྲ་བའི་དུས་རེས་འགའ་བ་ཡོད་ཀྱང་གསར་དུ་ཡོད་པའི་ཆོ་  
 སྐྱེས་པ་དང་གསར་དུ་མེད་པའི་ཆོ་འཛོག་པར་སོང་བ་མིན་པས་མི་རྟག་པར་ཐལ་

བའི་སྟོན་མེད་དོ།

གསུམ་པ་ནི། འདི་ཐམས་ཅད་ཅེས་སོགས་སོ། །འདིར་རྟོག་ལྡན་གྱི་དོན་  
བྱེད་རྩལ་བརྟགས་པའི་ཡུལ་དུ་བྱེད་བས། དོན་བྱེད་རྩལ་སྟོང་ལ་མི་དབྱེད་ཅེས་  
གསུངས་པའི་དོན་ལ། དཀའ་འབྲེལ་མཁན་པོ་ན་རེ་སྐྱེ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པ་ལ་  
དོན་བྱེད་རྩལ་གྱི། ཡོད་པ་རྟགས་སུ་བཀོད་པ་ལ་གཞན་སྡེ་རྟག་པའི་ཡོད་པ་མ་  
ངེས་པར་སྐྱབ་སུན་འབྲིན་བ་ཡིན་ཟེར་ལ། འདིས་སྐྱམ་ལས་སུན་འབྲིན་གཞན་  
ཡང་བསྟན་ཞེས་བ་ནི་འགལ་བ་ཡིན་ཏེ། སྐྱམ་སྐྱར་ཡིན་རྟག་པས་དོན་བྱེད་པ་  
སྐྱར་རྒྱས་པར་བཀག་པའི་རིགས་པ་ལས་རིགས་པ་གཞན་མི་སྟངས་བས་སུན་  
འབྲིན་གཞན་དུ་མི་འགྲུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །གཞུང་ནས་རྟག་པ་དབྱེད་པའི་གཞིར་མི་  
རུང་བའི་རྒྱ་མཚན་གཏན་གྱི་དོན་བྱེད་རྩལ་གྱི་ཡོད་པས་མི་རྟག་པ་བསྐྱབ་པ་  
ན། རྟག་པའི་མ་ངེས་པ་བཟོད་པ་ལ་རྟགས་མ་གྲུབ་པར་སྟོན་བ་གཏན་མིན་ནོ་  
ཞེས་སྟོན་པའི་ཕྱིར་རོ། །བོད་ཀྱི་མཁས་པ་ཁ་ཅིག་རྟག་པ་དོན་བྱེད་པའི་རྩལ་པར་  
སྟོང་པར་བ་རོལ་སོས་ཁས་སྒྲངས་པ་ལ་དབྱེད་བཟོད་ཀྱི་དོན་བྱེད་པས་སྟོང་པར་  
སྐྱབ་མི་དགོས་ཞེས་སྟོན་བ་ཡིན་ཟེར་བ་ཡང་གཏན་མིན་ཏེ། རང་སྡེ་ལ་དེ་ལྟར་དུ་  
སྐྱབ་དགོས་སམ་སྐྱམ་པའི་ལོག་རྟོག་མེད་པས་གཞི་དེ་ལ་དེ་ལྟར་སྐྱབ་མི་དགོས་  
ཞེས་སུ་ལ་སྐྱབ་པ་གཞན་སྡེ་ལ་ཡིན་ན་ནི། རྟག་པ་རྩལ་པས་སྟོང་པར་ཁས་མི་  
ལེན་ཞིང་། སྐྱར་ཁས་མི་ལེན་ཀྱང་རིགས་པས་བསྐྱབས་ཟིན་ནས་ཁས་ལེན་པའི་  
དབང་དུ་བྱེད་ན། དེ་ལ་གཙོ་བོ་ལ་སོགས་པ་རྩལ་པས་སྟོང་པར་གྲུབ་ན་ཡི་མེད་

དུ་ཡང་གྲུབ་ཐོན་པས། གཞི་དེ་ལ་དབྱུང་བཟོད་ཀྱི་དོན་བྱེད་རྒྱས་སྟོང་དུ་སྒྱུབ་  
དགོས་སམ་སྒྲིམ་པའི་ལོག་རྟོག་སུ་ལ་ཡོད་སྟོན་ཅིག །

འོན་ཇི་ལྟར་ཡིན་སྒྲིམ་ན་འདི་ལ་ཆོས་གྲགས་ཀྱི་ལུང་དང་ས་པའི་ཆོག་ས་  
བཅད་བྱེད་ཕྱི་མའི་དཔེ་བསྟན་བ་དེས་ན་གོ་སྒྲིབ་བས་དེ་མཐད་ན་སྟེན་བ་བོ་ནི་བྱུང་  
མེད་འདོད་བ་བསྟེན་བ་དོན་དུ་གཉེར་བས་ཏེ། དཔྱོད་གཞི་དེ་ལས་རང་གི་འདོད་  
དོན་དེ་འགྲུབ་དུ་རེ་ནས་དཔྱོད་པའོ། །དཔྱོད་པའི་གཞི་ནི་མ་ནིང་འགའ་ཞིག་གོ། །  
དཔྱོད་ཚུལ་ནི་གཟུགས་མཛེས་མི་མཛེས་རྟོག་པའོ། །དེ་ལྟར་དཔྱོད་མི་རིགས་  
པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། གཞི་དེ་གཟུགས་མཛེས་ཀྱང་གང་གི་དོན་དུ་དབྱུང་བའི་རང་གི་  
དོན་དེ་ལས་མི་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པའི་དོན་གྱི་བལྟའོ། །དཔེ་དོན་སྟོར་ཚུལ་ལ་  
བྱུང་མེད་དང་འབྲས་བའི་རྒྱལ་བ་རྟོག་ལྟན་གྱི་དཔྱོད་བ་བོ་སྟེ། དེ་ཡང་དཔྱོད་པའི་  
གཞི་དེ་ལས། རང་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་འགྲུབ་ཏུ་རེ་བ་ཡིན་གྱི། རྒྱལ་བ་རྟོག་  
ལྟན་གྱིས་དཔྱོད་པའི་གཞིར་འཛིན་ན། དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་ཅིག་དགོས་ཞེས་སྟོན་བ་  
མིན་ནོ། །དཔྱོད་པའི་གཞི་ནི་སྒྲིབ་སུ་གང་བབ་པས་སོ། །དཔྱོད་པའི་ཚུལ་རང་  
བཞིན་གཅིག་ཏུ་ཡོད་མེད་སོགས་སོ། །དེ་འབྲས་བ་དེ་ལ་རྟོག་པ་བྱུང་གཞིར་འཛིན་  
ན་ནི། འདོད་བ་བསྟེན་རྒྱས་ཀྱི་སྒྱེད་པ་བྱུང་གཞིར་བཟུང་ནས་དཔྱོད་པ་དང་འབྲས་  
བས། བྱུང་ཆོས་ལ་དཔྱོད་པ་འཐད་དོ། །གང་གི་དོན་དུ་དབྱུང་བའི་འབྲས་བུ་དེ་  
གཞི་དེས་སྒྱུབ་རྒྱས་མི་རྒྱས་ཀྱི་བྱུང་བར་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་པའི་དོན་ནོ། ཕྱི་  
རོལ་པས་ཀྱང་བདེ་སྤྱག་ལ་སོགས་པའི་འབྲས་བུ་རྣམས་འབྱུང་བ་ལ། དེའི་རྒྱ་

གཙོ་བོ་དང་དབང་ཕྱུག་ལ་སོགས་པ་འབྲུག་དགོས་པར་མཐོང་ནས་དེ་དག་དབྱེད་  
གཞིར་གཟུང་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་བྱས་ན་སྤྱི་རེ་ལ་པ་རྣམས་ཀྱི་དཔྱོད་པ་ནི་བྱད་  
མེད་གྱིས་མ་ཞིང་གི་གཟུགས་མཛེས་མི་མཛེས་དཔྱོད་པ་དང་། འབྲེལ་ཞེས་རྟག་  
པ་ནི། རོན་བྱ་བ་ཞེས་པ་ནས་བརྟགས་ཅི་པམ་གྱི་བར་དེ། འདི་ནི་སྤར་མ་ལག་  
པའི་དེ་དག་སྤྲུལ་འབྱེན་ལུགས་ཀྱི་རིགས་པ་གཞན་ནོ།།

འོ་ན་སྤར་དབྱེད་གཞིར་རྟག་པ་གཟུང་བ་ལ་ཐོག་མ་ནས་སྒྲིན་འདི་བཞེད་  
པ་ཅི་ཡིན་སྟེ་ན། སྤར་ནི་དེ་དག་གིས་བཟུང་བ་ལྟར་ན་རེ་ཞིག་ལ་རྩྭ་མས་ཏེ་སྤྲུལ་  
པ་ཅེས་མོ། །སྤར་རང་གི་བདག་དང་གཞན་སྤྲུལ་ཞེས་པར་རྟག་པ་ཙོད་གཞིར་  
བཟུང་བ་དང་། རིམ་གྱིས་རོན་བྱེད་པ་དང་། སྤྱི་ལོ་རང་བཞིན་ཁྱད་མེད་གྱི་  
འདོད་པ་འགལ་བར་སྒྲིན་པ། རྟག་པ་ཙོད་གཞིར་བཟུང་ནས་མང་དུ་དབྱེད་མེད་  
ཀྱང་། གཞི་དེ་ལས་འབྲས་བུ་རོན་དུ་གཉེར་ནས་མི་དཔྱོད་གྱི། འགོག་པའི་  
གཞིར་འཛིན་པ་ཡིན་པས་སྒྲིན་མེད་དོ། །དེས་ན་རྩྭ་མས་ཏེ་སྤྲུལ་པའི་རོན་དཀར་  
འགྲེལ་ལས་ངའོ་སྤྲུལ་དུ་རྩྭ་མས་ཞེས་པ་དང་། མོད་རྣམས་རྟག་པ་རྩུས་པས་སྤྲོད་  
པར་ཁས་སྤངས་པ་ལ་བདེན་པ་དགག་མི་དགོས་ཀྱང་། གལ་ཏེ་འགོག་ན་རྟགས་  
སྤྱབ་རྩུས་སྤྲུལ་དུ་བསམ་པར་འཆད་པ་ནི་རོན་དུ་མ་མཐོང་ངོ། །དེ་བས་ན་ཞེས་པ་  
ནས་རག་ལས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་པའི་བར་གྱིས་ནི། འབྲས་བུ་རོན་གཉེར་གྱི་  
རྟགས་ལྡན་གྱིས་དཔྱོད་པའི་གཞིར་འཛིན་ལུགས་དང་། དགག་སྤྱབ་གྱི་དཔྱོད་  
ལུགས་བསྟན་ཏེ། བདག་གཉིས་རོན་དམ་པར་བཀག་པའི་གཞིར་གཟུང་བས་ཐ་

སྐད་དུ་དོན་བྱེད་ཅུས་པར་སྟོན་ནོ། །གཞན་དག་ནི་ཞེས་པ་ནས་གནས་པའི་ཞེས་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་པའི་བར་གྱིས་ནི། དངོས་མེད་གཞིར་མི་འཛིན་པ་དང་། དེ་  
 དག་གསུམ་གྱི་ཆོས་གང་དུ་འང་མི་འཛིན་པར་སྟོན་པ་མིན་གྱི། གཅིག་སྐབས་པ་ན་  
 དེ་ཉིན་དང་། གཞན་རྣམས་བཏང་སྟོམས་ལྟ་བུ་དང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
 ལམ་ལངས་པར་བྱས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་ཞེས་པ་ནས་ཐམས་ཅད་དོ་ཞེས་པའི་བར་གྱིས་ནི་  
 དངོས་སོ་ཐམས་ཅད་ལ་བདག་ཉིད་ཁེགས་ན་དེ་ཉིད་ཀྱི་དངོས་སོ་མེད་ལས་སོ་  
 བར་ཅུས་པར་བསྟན་ནོ། །དེ་ལྟར་པས་ན་ཞེས་པ་ནས་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་རེའི་བར་  
 གྱིས་ནི། དོན་བྱེད་པ་ལ་མི་རྟག་པས་བྱུང་པས་རྟག་པ་ལ་དོན་བྱེད་པ་གཉིས་ཀ་  
 མི་འཐད་པར་བསྟན་ཏེ། སྤར་སྤྲུའི་རང་བཞིན་བྱེད་མེད་ཀྱི་རྟག་པ་བཀག་པའི་  
 དོན་བསྐྱུས་པའོ། །དེ་དཀར་འགྲེལ་གྱི་གང་ཟག་འགོག་པ་ལ་ཕྱིར་སྐྱོར་བར་བྱེད་  
 དོ། །གང་ཟག་ནས་བྱུང་པའོ་བར་གྱིས་ནི། གང་ཟག་ལ་བསྐྱུབ་བྱ་བ་དེན་མེད་  
 དང་། སྐད་ཅིག་ཅེས་པ་ནས་བྱུབ་པའི་བར་གྱིས་ནི། གང་ཟག་ལ་གཏན་ཆོག་ས་  
 གཅིག་དང་དུ་བྲལ་ཆོག་ས་མེད་པར་འགྲུབ་པར་སྟོན་གྱི། སྤྲུམ་ས་མཛོན་སུམ་  
 དང་། ཕྱི་མས་རྗེས་དཔག་གིས་འགྲུབ་པར་སྟོན་པ་མིན་ནོ། ། །དགེའོ།



# ༡༡། །ཀྱལ་ཚབ་ཚས་ཇེས་ཇེ་ལ་གསན་པའི་དབུ་མ་རྒྱན་ གྱི་བརྟེན་བྱང་བཞུགས་སོ།།

ཡ་ཤེ་ཚེང་ཁ་བ་སྒོ་བ་ཟང་གྲགས་པ། ༡༣༥༧-༡༣༧༩

༡༡། །སྒྲ་མ་དང་ཇེ་བཙུན་འཇམ་པའི་དབུངས་ལ་བྱག་འཚལ་སོ། །  
བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་སྒོ་བ་དཔོན་ཞི་བ་འཚོས་མཇུག་པའི་དབུ་མའི་རྒྱན་གྱི་ཆོག་  
ལེའུར་བྱས་པ་ལ་གསུམ། མཚན་གྱི་དོན་དང་། བསྟན་བཅོས་གྱི་རང་བཞིན་  
རྒྱས་པར་བཤད་པ་དང་། བཤད་པ་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པའི་བྱ་བའོ། །དང་པོ་ནི།  
གོ་སྐྱོའོ། །གཉིས་པ་ལ། དོན་དམ་པར་དངོས་པོ་མེད་པར་བསྟན། ཀུན་རྫོབ་ཏུ་  
ཡོད་པར་བསྟན། དེ་ལ་ཁྲུན་ཀ་སྤང་བའོ།།

དང་པོ་ལ། རྟགས་དགོད། ཚུལ་སྒྱུབ་པའོ། །དང་པོ་ནི། བདག་  
སོགས་བཞི་ལ། ཕྱི་ནང་གི་དངོས་པོ་འདི་དག་ཚས་ཅན། རང་སྡེ་དང་གཞན་  
སྡེས་སྒྲིས་པ་ལྟར་བདེན་པར་མེད་དེ། བདེན་པའི་གཅིག་དང་དུ་མ་དང་བྲལ་བའི་  
ཕྱིར། མེ་ལོང་གི་གཟུགས་བརྟན་བཞིན། གཉིས་པ་ལ། རྟོགས་ཚས་དང་།  
བྱབ་པ་སྒྱུབ་པའོ། །དང་པོ་ལ་བདེན་པའི་གཅིག་བྲལ་དང་། དུ་བྲལ་སྒྱུབ་པའོ།།  
དང་པོ་ལ་བྱབ་པའི་གཅིག་དགག། མ་བྱབ་པའི་གཅིག་དགག་པའོ། །དང་པོ་ལ།  
རྟག་དངོས་གཅིག་བདེན་དགག། །གང་ཟག་གཅིག་བདེན་དགག་པའོ།།



དང་པོ་ལ། གཞན་སྤྲེས་བཏགས་པའི་རྟག་དངོས་དགག། །རང་སྤྲེས་  
 བཏགས་པའི་རྟག་དངོས་དགག་པའོ། །དང་པོ་ནི། འབྲས་སོགས་བཞི་ལ།  
 ཐལ་འབྱུང་དུ་བྱེད་ན། གཙོ་བོ་ཆོས་ཅན། གཅིག་ཕུའི་བདག་ཉིད་དུ་བདེན་པ་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། འབྲས་བུ་སྤྲི་རིམ་ཅན་དུ་མ་ལ་ཐན་པ་སྤྲི་རིམ་ཅན་དུ་མ་ཉི་  
 བར་སྐྱོར་བའི་ཕྱིར། རང་རྒྱུད་དུ་བྱེད་ན། འབྲས་བུ་ཅམ་ཆོས་ཅན། ཅིག་ཅར་  
 འབྱུང་བར་ཐལ། དངོས་རྒྱ་རྩལ་པ་ཐོགས་མེད་གཅིག་ལས་སྤྲེས་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་ན་མཛོད་སུམ་གྱིས་བསལ། དེ་ལྟར་ཐལ་བ་ལས། རྒྱ་ཅམ་ཆོས་ཅན།  
 གཅིག་ཏུ་བདེན་པ་མིན་ཏེ། འབྲས་བུ་སྤྲི་རིམ་ཅན་དུ་མ་ལ་ཐན་པ་ཉི་བར་སྐྱོར་བའི་ཕྱིར།  
 དེས་ན། རྒྱ་ཅམ་གཅིག་བདེན་པ་ཞིགས་པས། གཙོ་བོ་རང་གཅིག་ཏུ་བདེན་པ་  
 ཞིགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་བྱུང་སྐྱེ་བ་ཕྱི་མ་གཉིས་ལ། གཙོ་བོ་གཅིག་ཏུ་བདེན་ཡང་  
 འབྲས་བུ་སྤྲི་རིམ་ཅན་དུ་མ་ལ་ཐན་པ་ཉི་བར་སྐྱོར་བ་མི་འགལ་ལོ་ཞིན། གཙོ་བོ་ལ་འབྲས་བུ་  
 སྤྲི་རིམ་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་རྩལ་པ་ཡོད་དམ་མེད། མེད་ན། འབྲས་བུ་ཅིག་ཅར་  
 དུ་བསྐྱེད་བར་ཐལ། འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པ་གང་ཞིག་ །རིམ་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་རྩལ་  
 པ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཡོད་ན་རྟག་པ་གཅིག་བདེན་ལས་ཉམས་པར་ཐལ། འབྲས་བུ་  
 སྤྲི་རིམ་ཅན་བསྐྱེད་པའི་རྩལ་པ་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ནི། བསྐྱོམས་སོགས་རྐང་པ་ཉི་ལུ་ལ། སྐྱོམ་བྱུང་འཕགས་  
 པའི་མཉམ་གཞན་ལེ་ཤེས་གྱིས་ཤེས་པར་བྱ་བའི་འདུས་མ་བྱས་གསུམ་གཅིག་ཏུ་  
 བདེན་པར་འདོད་པ་བྱེ་བྲག་སྤྲི་བའི་ལུགས་ལ་འང་འདུས་མ་བྱས་གསུམ་པོ་ནི་

ཆོས་ཅན། གཅིག་ཏུ་བདེན་པ་མིན་པར་ཐལ། གློམ་བྱུང་གི་ཤེས་པ་སྤྱི་རིམ་  
 ཅན་དུ་མ་དང་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་དུ་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར། དེའི་བྱབ་སྒྲུབ་ལ། གློམ་བྱུང་  
 གི་ཡེ་ཤེས་འཆོལ་བར་ཐལ་བ་དང་། འདུས་མ་བྱས་གསུམ་ཀ་སྐད་ཅིག་མར་  
 ཐལ་བའོ། །དང་པོ་ནི། རྣམ་ཤེས་སོགས་ལ། གློམ་བྱུང་གི་ཤེས་པ་སྤྱི་རིམ་  
 ཅན་དུ་མ་དང་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་དུ་འབྲེལ་ཡང་གཅིག་ཏུ་བདེན་ནོམ་ཅན། འོ་ན་གློམ་  
 བྱུང་གི་ཤེས་པ་སྤྱི་མཐིམ་ཡུལ་དུ་གྱུར་བའི་འདུས་མ་བྱས་གསུམ་གློམ་བྱུང་གི་ཤེས་  
 པ་སྤྱི་མཐིམ་དུས་ན་ཡོད་དམ་མེད། དང་པོ་ལྟར་ན། གློམ་བྱུང་གི་ཤེས་པ་སྤྱི་མཐིམ་  
 ཕྱི་མཐིམ་དུས་ན་ཡོད་པར་ཐལ། ཕྱོགས་སྤྱི་དེའི་ཕྱིར། གློམ་བྱུང་གི་ཤེས་པ་སྤྱི་  
 མཐིམ་སྤྱི་མཐིམ་དུས་ན་ཡོད་པར་ཐལ། ཕྱི་མཐིམ་ཡུལ་དེ་སྤྱི་མཐིམ་དུས་ན་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །མ་བྱུང་ན། ཡུལ་ཤེས་དུས་མཉམ་པ་ཉམས་སོ། །གཉིས་པ་ལྟར་ན།  
 སྤྱི་སོགས་བཞི་ལ། འདུས་མ་བྱས་གསུམ་ཆོས་ཅན། སྐད་ཅིག་མར་ཐལ།  
 སྤྱི་གྱི་རང་བཞིན་དེ་ཕྱི་མཐིམ་གནས་སྐབས་སུ་མི་འབྱུང་ཕྱི་མཐིམ་རང་བཞིན་དེ་སྤྱི་  
 གྱི་གནས་སྐབས་སུ་མི་འབྱུང་བའི་དངོས་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་གློམ་བྱུང་  
 གི་ཤེས་པ་བཞིན། ཡང་འདུས་མ་བྱས་ཕྱི་མ་རྣམས་ཆོས་ཅན། འདུས་བྱས་སུ་མི་  
 འབྱུར་བར་ཐལ། འདུས་མ་བྱས་སྤྱི་མ་སྤྱི་མཐིམ་མཐུ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་  
 ཕྱིར་རོ། །དཔེར་ན་གློམ་བྱུང་གི་སེམས་སེམས་བྱུང་བཞིན། རྟགས་མ་གྲུབ་ན།  
 སྐད་ཅིག་སོགས་བཞི་ལ། དེ་ཆོས་ཅན། རང་དབང་དུ་འབྱུང་བར་ཐལ། རྒྱ་  
 གཞན་ལ་བསྟེན་མེད་དུ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རྟག་ཏུ་འབྱུང་བར་ཐལ།



གཅིག་བདེན་དགག་པ་དང་། དེ་དག་གིས་བྱུང་བའི་དོན་ནོ། །དང་པོ་ནི།  
 བསྐྱེད་སྒྲིབ་སོགས་གཉིས་ལ། བུམ་པ་ཆོས་ཅན། གཅིག་ཏུ་མི་བདེན་པར་ཐལ།  
 སྐྱིབས་མ་སྐྱིབས་སོགས་རྒྱུ་ལ་བརྟེན་པའི་འགལ་འདུལ་སོགས་པ། གཡོ་མི་  
 གཡོ་སོགས་བྱུང་པ་ལ་བརྟེན་པའི་འགལ་འདུལ་ ཆོན་གྱིས་བསྐྱར་མ་བསྐྱར་སོགས་  
 ཡོན་ཏན་ལ་བརྟེན་པའི་འགལ་འདུལ་སོགས་གསུམ་དང་ལྔ་ན་པའི་ཕྱིར། རྩལ་ཕྱན་  
 གཅིག་བདེན་དགག་པ་ནི། འབྱར་སོགས་བརྒྱ་གཉིས་ལ། ཕྱོགས་བརྒྱའི་དབུས་  
 ན་གནས་པའི་རྩལ་ཕྱན་ཆོས་ཅན། ཤར་རྩལ་དང་ཕྱོགས་གཞན་དགའི་རྩལ་གོས་  
 ཐ་དད་མེད་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཀྱི་ཤར་ལ་བལྟ་བའི་ངོས་དེ་དང་ཁྱོད་ཕྱོགས་གཞན་  
 དགའི་རྩལ་ལ་བལྟ་བའི་ངོས་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སའི་དཀྱིལ་  
 འཁོར་ལ་སོགས་པའི་རགས་པ་རྒྱས་པ་མི་སྲིད་པར་ཐལ། འདོད་པ་དེའི་ཕྱིར།  
 བལྟ་བའི་ངོས་སོ་སོར་འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཆ་མེད་ཀྱི་གཅིག་མིན་པར་ཐལ།  
 ཕྱོགས་བརྒྱའི་རྩལ་ལ་བལྟ་བའི་ཁྱོད་ཀྱི་ངོས་མི་འདྲ་བ་བརྒྱ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་དེས་བྱུང་བའི་དོན་ལ། ཏགས་དགོད་པ་དང་། བྱུང་བ་སྐྱུབ་  
 པ། དེ་ཕྱིར། ཞེས་པ་རྒྱུད་པ་བཞིས་སྟོན་ཏེ། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། རང་སྤྲེས་  
 སྤྲེས་པའི་ཕྱང་ཁམས་སྤྱོད་མཆེད་དང་། གཞན་སྤྲེས་སྤྲེས་པའི་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་  
 རྒྱུ་ལ་སོགས་པ་བདེན་པའི་རང་བཞིན་མེད་པར་མངོན་ཞིང་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ།  
 རྩལ་ཕྱན་བདེན་པའི་རང་བཞིན་མེད་པ་དེའི་ཕྱིར། བྱུང་བ་ཡོད་དེ། རང་སྤྲེས་  
 གཞུགས་ཅན་བརྒྱ་རྩལ་ཕྱར་བ་བསགས་པའི་རང་བཞིན་དུ་ཁས་སྤངས་པའི་ཕྱིར།

གཞན་གྱི་སྤྱེ་བས་ཡན་ལག་གི་རྩལ་རྒྱལ་བླན་གྱིས་བཅུམས་ཤིང་། གཟུགས་ཅི་  
ལ་སོགས་པ་དེའི་ཡོན་ཏན་དང་། འདེགས་འཛོག་ལ་སོགས་པའི་ལས་དང་།  
ཡོད་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་སྤྱི་ཆེན་པོ་དང་། ཉི་ཆོ་བ་དང་། སྤྲོན་པོ་ལ་སོགས་པ་  
དེ་ལ་འདུ་བའི་བྱུང་བར་རྣམས་རགས་པ་ཡན་ལག་གི་རྩལ་ལ་འདུ་འབྲེལ་གྱུ་བ་  
པར་ཁས་སྒྲུངས་པའི་བྱིར།

ཤེས་པ་གཅིག་བདེན་དགག་པ་ལ། རང་སྤྱོད་དོན་སྦྱ་གཉིས་ཀྱི་ལྷགས་  
དགག་ བྱི་རོལ་པའི་ལྷགས་དགག་ རྣམ་རིག་པའི་ལྷགས་དགག་པའོ། །དང་  
པོ་ལ། རྣམ་མེད་བྱེ་བྲག་སྦྱ་བའི་ལྷགས་དགག་ ཁའོ་སྤྱོད་པའི་ལྷགས་དགག་  
པའོ། །དང་པོ་ལ་དོན་རིག་དང་རང་རིག་མི་མཚུངས་པར་བསྐྱབ་། དོན་སྦྱ་  
གཉིས་ཀྱི་ལྷགས་མི་མཚུངས་པར་སྐྱབ་པའོ། །དང་པོ་ལ། རང་རིག་འཐད་པར་  
སྐྱབ་པ་དང་། དོན་རིག་མི་འཐད་པར་སྐྱབ་པའོ། །དང་པོ་ལ། ཐལ་བ་དགོད།  
བྱུང་བ་བསྐྱབ་། དོན་བསྐྱབ་པའོ། །དང་པོ་ནི། རྣམ་ཤེས་སོགས་བཞི་ལ། རྣམ་  
ཤེས་ཆོས་ཅན། རང་རིག་འཐད་པར་ཐལ། བྱོད་བཅ་པོའི་རང་བཞིན་ལས་ལོག་  
པར་སྦྱེས་པའི་བྱིར། བྱུང་བར་ཐལ། བཅ་པོ་མ་ཡིན་པའི་རང་བཞིན་གང་ཡིན་  
པའི་འཛིན་རྣམ་དེ་ཤེས་པ་དེའི་རང་རིག་ཡིན་པའི་བྱིར། བྱུང་བ་སྐྱབ་པ་ནི།  
གཅིག་སོགས་བཞི་ལ། དེ་ཆོས་ཅན། བྱོད་ཀྱི་རང་རིག་དེ་རིག་བྱེད་རིག་  
པ་གསུམ་པོ་རྩལ་ཐ་དད་པའི་ཚུལ་དུ་མེད་པར་ཐལ། བྱོད་རྩལ་ཆ་ཤས་མེད་པའི་  
གཅིག་ཡིན་པའི་བྱིར། བྱུང་བར་ཐལ། རྩལ་ཆ་ཤས་མེད་པའི་གཅིག་ལ་བྱེད་

ཇུས་ཐ་དད་པ་གསུམ་མི་འཐད་པའི་བྱིར། རོན་བསྐྱུ་བ། དེ་བྱིར་སོགས་གཉིས་  
ལ། དེ་ཆོས་ཅན། རང་རིག་འཐད་པར་ཐལ། ཁྱོད་འཛིན་རྣམ་གྱི་རང་བཞིན་  
ཡིན་པའི་བྱིར། རོན་རིག་མི་འཐད་པ་ནི། རོན་སོགས་དྲུག་ལ། རོན་དངོས་སུ་  
སྤྱོད་བ་མི་འཐད་པར་ཐལ། རོན་ཤེས་ཇུས་ཐ་དད་ཡིན་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ།  
རོན་གྱི་རང་བཞིན་ཤེས་པ་ལ་མེད་ཤེས་པའི་རང་བཞིན་རོན་ལ་མེད་པའི་བྱིར།  
རང་རིག་འཐད་པ་བཞིན་རོན་རིག་མི་འཐད་པར་ཐལ། རོན་ཤེས་འབྲེལ་མེད་  
ཇུས་ཐ་དད་ཡིན་པའི་བྱིར།

རོན་སྐྱུ་གཉིས་ལྷགས་མི་མཚུངས་པ་ལ། མདོ་སྡེ་བའི་ལྷགས་ལ་རོན་  
བརྟགས་ནས་སྤྱོད་བ་འཐད། བྱེ་བྲག་སྐྱུ་བའི་ལྷགས་ལ་བརྟགས་ནས་སྤྱོད་བར་  
ཡང་མི་འཐད་པར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཤེས་སོགས་བཞི་ལ། མདོ་སྡེ་བའི་  
ལྷགས་ལ་རོན་ཤེས་ཇུས་ཐ་དད་ཀྱང་རོན་བརྟགས་ནས་སྤྱོད་བ་འཐད་པར་ཐལ།  
རོན་གྱི་རྣམ་པ་ཁས་སྤངས་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་ནི་རོན་སོགས་བཞི་ལ། བྱེ་བྲག་  
སྐྱུ་བའི་ལྷགས་ལ་བྱི་རོལ་རོན་བརྟགས་ནས་སྤྱོད་བའི་རྣམ་པས་ཉེ་ཚུལ་འདིའང་  
མི་འཐད་པར་ཐལ། རོན་གྱིས་རྣམ་པ་མི་འདོད་པའི་བྱིར།

མདོ་སྡེ་བའི་ལྷགས་དགག་པ་ལ། ལྷ་ཆོགས་གཉིས་མེད་པ། སྤྱོད་བྱེད་  
ཆལ་བ། རྣམ་ཤེས་གངས་མཉམ་པའི་ལྷགས་དགག་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཤེས་  
སོགས་བཞི་ལ། ཤེས་པ་གཅིག་ལ་སྡོ་སེར་དཀར་དམར་སོགས་རྣམ་པ་དུ་མ་  
ཤར་པའི་ཆོ་རྣམ་པ་དེ་རྣམས་ཇུས་ཐ་དད་མིན་པར་ཐལ། དེ་རྣམས་ཤེས་པ་ཆ་

མེད་གཅིག་དང་ཐ་དད་མིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། དོན་གྱི་རྣམ་པར་ཤར་བའི་སྒོ་  
 རས་དོན་རྫས་ཐ་དད་དུ་གྲུབ་པར་བཞག་ཏུ་མི་རུང་བར་ཐལ། རྣམ་པ་དེ་རྣམས་  
 རྫས་ཐ་དད་མིན་པའི་ཕྱིར། རྣམ་པ་སོགས་བཞི་ལ། བྱ་འཛིན་དབང་ཤེས་ཆོས་  
 ཅན། གཅིག་ཏུ་མི་བདེན་པར་ཐལ། རྣམ་པ་དུ་མ་དང་རྫས་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 མ་ཁྲབ་ན། ཆོས་ཅན། རྣམ་པ་དེ་རྣམས་དང་རྫས་གཅིག་ཏུ་མི་བདེན་པར་ཐལ།  
 ཁྱོད་རྫས་གཅིག་ཡིན། རྣམ་པ་དེ་རྣམས་རྫས་དུ་མར་བདེན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་སྒོ་ར་བྱེད་ཆལ་བའི་ལུགས་དགག་པ་ལ། འདོད་པ་བརྗོད་པ་  
 དང་། དེ་དགག་པའོ། །དང་པོ་ནི། དཀར་སོགས་བཞི་ལ། ཁོ་ན་རེ། ཁོ་བོ་ཅག་  
 ལ་སྒྱུན་དེ་དག་མེད་དེ། ཤེས་པ་གཅིག་ལ་སྒྲོ་སེར་སོགས་ཀྱི་རྣམ་པ་དུ་མ་སྒྲུང་  
 བའི་ཆོ་དཀར་པོ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་རྣམས་ཤེས་པ་ལ་རིམ་གྱི་སྒྲུང་ཡང་  
 འཇུག་པ་མགྲོགས་པའི་ཕྱིར། ཅིག་ཅར་དུ་སྒྲུང་རོ་སྒྲུབ་དུ་འབྲུལ་བ་ཡིན་ཏེ།  
 དཔེར་ན་མགལ་མེ་རིམ་གྱི་འབྲུང་ཡང་ཅིག་ཅར་དུ་འབྲུལ་བ་བཞིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་  
 རོ།།

གཉིས་པ་ལ་དོན་དགག་ །དཔེ་དགག་པའོ། །དང་པོ་ལ། ཡི་གེ་ལ་  
 དམིགས་པའི་སྒོས་མ་ངེས། ཡིད་རྟོག་འབའ་ཞིག་ཡུལ་ལ་འཇུག་པས་མ་  
 ངེས། སྒོ་ཀུན་གྱི་མ་ངེས་པའོ། །དང་པོ་ནི། ལུག་སོགས་བཞི་ལ། སར་ར་ས་  
 ཞེས་བརྗོད་པའི་ཆོ། འབྲས་བུ་རོ་དང་མཆོག་གཉིས་ཅིག་ཅར་དུ་ཐོས་པར་འབྲུལ་  
 བ་སྒྲེ་བར་ཐལ། དེ་གཉིས་ཐོས་པ་ཆེས་སྒྲུང་བའི་ཕྱིར། འདོད་ན་མཛོད་སུམ་

གྱིས་བསལ། གཉིས་པ་ནི། ཡིད་སོགས་གཉིས་ལ། ཡིད་རྟོག་འགའ་ཞིག་  
 ཡུལ་ལ་འཇུག་པའི་ཆོ། ཡུལ་ཅིག་ཅར་དུ་འཛིན་པའི་འབྲུལ་བ་སྟེ་བར་ཐལ།  
 ཡུལ་འཛིན་པ་ཆེས་སྒྱར་བའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི། རིང་སོགས་དུག་ལ། གློ་ཀླ་  
 ཆོས་ཅན། ཡུལ་རིམ་གྱིས་འཛིན་པ་མི་ངེས་པར་ཅིག་ཅར་འཛིན་པ་འབྲུལ་བར་  
 ཐལ། །ཡུལ་འཛིན་པ་ཆེས་སྒྱར་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། སྐད་ཅིག་མ་ཡིན་པས་  
 རིང་དུ་མི་གནས་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་ཁྱོད་རང་འདོད་པའི་རྣམ་པ་རྣམས་བཞིན།

གཉིས་པ་ལ། ཐལ་བ་དགོད། བྱེད་པ་བསྐྱུབ་པའོ། །དང་པོ་ནི།  
 མགལ་སོགས་བཞི་ལ། མགལ་མེ་ལ་འཁོར་ལོར་འབྲུལ་བའི་གློ་འདི་ཆོས་  
 ཅན། མཐོང་བ་རྟོག་མེད་ཤེས་པ་ཡིན་གྱི་སྤྱི་མཆོམས་སྒྱུར་བའི་གློ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། ཡུལ་གསལ་བར་སྒྱར་བའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། འདི་སོགས་བརྒྱད་  
 ལ། མ་བྱེད་པོ་ཞིན། དེ་ལ་བྱེད་པ་ཡོད་པར་ཐལ། སྤྱི་མཆོམས་སྒྱུར་བའི་གློ་  
 ཡིན་ན་དེ་མ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟོག་མེད་ཤེས་པ་ཆོས་ཅན། སྤྱི་  
 མཆོམས་སྒྱུར་བ་མིན་པར་ཐལ། ཡུལ་འདས་པ་མི་འཛིན་པའི་ཕྱིར། སྤྱི་  
 མཆོམས་སྒྱུར་བའི་གློ་ཆོས་ཅན། ཡུལ་གསལ་བར་སྒྱར་བ་མིན་པར་ཐལ། ཡུལ་  
 འདས་པ་འཛིན་པའི་ཕྱིར། མགལ་མེ་ལ་འཁོར་ལོར་འབྲུལ་བའི་གློ་འདི་ཆོས་  
 ཅན། སྤྱི་མཆོམས་སྒྱུར་བའི་གློ་མིན་པར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན་ཡུལ་གསལ་བར་  
 སྒྱར་མི་རིགས་པ་ལས་ཡུལ་གསལ་བར་སྒྱར་བའི་ཕྱིར།

རྣམ་ཤེས་གྲངས་མཉམ་པ་དགག་པ་ལ། འདོད་པ་བརྟོད་པ་དང་། དེ་



དགག་པའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་སོགས་བཞི་ལ། ཁོ་ན་རེ། རས་གཞི་ལ་སོགས་  
 པའི་རི་མོ་རྒྱང་པ་མཐོང་བ་བཞི་ན། སྤྱོད་པའི་རྒྱུ་མ་ལ་སྤྱང་བའི་ཆོ། རྒྱུ་  
 ཤེས་ཀྱང་དུ་མ་ཅིག་ཅན་དུ་འབྱུང་བས་ཁོ་བོ་ལ་སྤྱོད་དེ་དག་མེད་དེ་ཞི་ན། གཉིས་  
 པ་ལ། སྤྱོད་མས་ཅད་དུ་མའི་རྒྱུ་པ་ཅན་དུ་བསྐྱུབ། ཆ་མེད་གཅིག་མི་སྤྱིད་པར་  
 བསྐྱུན་པའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་སོགས་བཞི་ལ། དཀར་པོའི་རྒྱུ་པ་གཅིག་གྲུ་ལ་  
 དམིགས་པའི་ཤེས་བཞི་ཆོས་ཅན། དུ་མའི་རྒྱུ་པ་ཅན་དུ་ཐལ། དཀར་པོ་དེ་ལ་སྤྱོད་  
 ཤེས་སོགས་ཐད་དུ་མ་ཡོད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། རྒྱུ་པ་གཅིག་ཁོ་ན་འཛིན་  
 པའི་ཤེས་པ་མི་སྤྱིད་པར་འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ་ནི། རྒྱུ་པ་སོགས་བརྒྱད་ལ། ཆ་  
 མེད་གཅིག་དུ་བདེན་པ་མི་སྤྱིད་པར་ཐལ། དེར་དམིགས་རུང་མ་དམིགས་པའི་  
 བྱིར། རྒྱུ་པ་མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། མིག་གི་རྒྱུ་པ་ཤེས་སོགས་རྒྱུ་པ་ཤེས་ལྷན་  
 རྒྱུ་པ་སྤྱང་བ་བསགས་པ་ལ་དམིགས་ཤིང་། དེའི་རྒྱུ་པ་འབྱུང་བའི་ཡིད་ཤེས་ནི་  
 དེ་དང་འབྲེལ་མི་འབྱུང་བའི་ཡིད་རྒྱུ་པ་སེམས་སེམས་བྱུང་ཆོགས་པ་ལ་  
 དམིགས་པའི་བྱིར།

བྱི་རོལ་པའི་ལྷགས་དགག་པ་ལ། སྤྱིར་དགག་ །སོ་སོར་དགག་  
 པའོ། །དང་པོ་ནི། བྱི་སོགས་གཉིས་ལ། བྱི་རོལ་པའི་ལྷགས་ལ་འང་ལྷལ་  
 གཅིག་ཁོ་ན་འཛིན་པའི་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་པར་ཐལ། སྤྱོད་མས་ཅད་དུ་མའི་རྒྱུ་པ་ཅན་  
 ཡིན་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་ལ། བྱི་སྤྱོད་པ་ལྷལ་པའི་དང་པོ་ནི། ཡོན་ཏན་  
 སོགས་གཉིས་ལ། བྱི་བྲག་པ་དང་རིག་པ་ཅན་པའི་ལྷགས་ལ་ལྷལ་གཅིག་ཁོ་ན་

འཛིན་པའི་སྒོ་མི་སྤྲོད་པར་ཐལ། ཡན་ལག་ཅན་གྱི་ཇུས་ལ་སོགས་པ་ཡོན་ཏན་  
 དང་ལས་དང་། འདུ་བས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་ནས་འཛིན་དགོས་པའི་བྱིར། གཉིས་  
 པ་ནི། རྣམ་སོགས་བཞི་ལ། རྒྱལ་བ་པའམ་ཟད་བྱེད་པའི་ལུགས་ལ་དེ་མི་སྤྲོད་  
 པར་ཐལ། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་རྣམ་བུའི་གཟི་ལྗང་དུ་མར་བདེན་པའི་བྱིར།  
 གསུམ་པ་ནི། ས་སོགས་བཞི་ལ། རྒྱུ་འཕེན་གྱི་ལུགས་ལའང་བསལ་བ་སྒྲ་མ་  
 གཟུགས་སོགས། ཡུལ་དང་མིག་སོགས་དབང་པོ་ཀུན་འབྱུང་བཞི་འདུས་པའི་  
 རང་བཞིན་དུ་ཁས་སྐྱེས་པའི་བྱིར་དང་། བཞི་པ་ནི། སྤྲོད་སོགས་བརྒྱད་ལ།  
 བྱངས་ཅན་གྱི་ལུགས་ལའང་དེ་འཐད་པར་ཐལ། གཟུགས་སྒྲ་སོགས་དེ་ཙམ་ལྟ་  
 བོ་དུལ་ཐུན་སྤྲོད་སྟོབས་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་པའི་ཡུལ་སྒོ་ལ་སྐྱེས་པར་  
 འདོད་པའི་བྱིར། མ་ཁུབ་ཅེན། དེ་ཙམ་ལྟ་འཛིན་པའི་ཤེས་པ་ཆོས་ཅན། ཡུལ་  
 གྱི་གནས་ལུགས་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་འཛིན་པ་མིན་པར་ཐལ། དེ་ཙམ་ལྟ་བོ་བདེ་སྤྱད་  
 བཏང་སྟོམས་གསུམ་གྱི་རང་བཞིན་དུ་བདེན། ཁྱོད་ལ་ཡུལ་གཅིག་ཁོ་ནའི་རྣམ་པ་  
 སྐྱེས་པའི་བྱིར། ལྟ་པ་ནི། བྱི་སོགས་བཞི་ལ། རིག་བྱེད་གསང་བའི་མཐར་སྐྱ་  
 བའི་ལུགས་ལའང་དེར་ཐལ། ཡུལ་སྐྱ་ཆོགས་སྐྱེས་པའི་ཤེས་པ་རགས་པ་ཡིན་  
 པའི་བྱིར།

མདོ་སྤྲེལ་པའི་ལུགས་དགག་པ་ནི། རྣམ་སོགས་བཞི་ལ། འདུས་མ་བྱས་  
 འཛིན་པའི་སྒོ་ཆོས་ཅན། ཡུལ་སྐྱ་ཆོགས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་ཐལ། ཡི་གའི་སྤྱི་སྤྱི་  
 སྤྱི་སྤྱི་དུ་མ་སྐྱེས་པའི་བྱིར། རྣམ་སོགས་བརྒྱད་ལ། རྣམ་པ་སྐྱ་ཆོགས་མི་སྐྱེས་

བའི་ཤེས་པ་འགའ་ཞིག་ཡོད་ནའང་བདེན་པར་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། བདེན་པར་  
གྲུབ་པ་ལ་རིགས་པས་གཞོད་པའི་ཕྱིར། རྣམ་ཤེས་ཚུལ་ཅན། གཅིག་ཕྱི་རང་  
བཞིན་དུ་མི་བདེན་པར་ཐལ། རྣམ་པ་སྣ་ཚོ་གས་སྒྲུང་བའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་རྣམ་པ་  
དུ་མ་བཞིན།

རྣམ་རིག་པ་དགག་པ་ལ། འདོད་པ་བཟོད། བདེན་རྒྱན་བརྟགས། དེ་  
དགག་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཅི་སོགས་བཞི་ལ། ཇི་སྟེ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་བརྒྱད་  
དེ་འོངས་པའི་དོན་སྒྲུང་གི་བག་ཆགས་སྤྱིན་པས་སྒྲུལ་པས་ཏེ་བསྐྱེད་པའི་དོན་དུ་  
སྒྲུང་བའང་དོན་མེད་བཞིན་དུ་དོན་དུ་སྒྲུང་བ་སྒྲུ་མའི་རང་བཞིན་དང་འབྲེལ་ཞེས་  
ཟེར་རོ། །གཉིས་པ་ནི། དེ་སོགས་བཞི་ལ། ལྷ་བ་དེ་མདོ་སྟེ་པ་མན་ཆད་ཀྱི་  
མངོན་ཞེན་ངན་པ་མང་པོའི་གཉེན་པོ་བྱེད་པས་དེ་དགེ་བས་ཏེ་བཟང་པོ་ཡིན་  
ཡང་། གཉིས་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་བདེན་ནམ། བརྒྱན་པ་མ་བརྟགས་གཅིག་ཕྱི་རྣམས་  
དགའ་བ་ཡིན། དང་པོ་ལྟར་ན།

གསུམ་པ་ལ་གཉིས། རྣམ་བདེན་པ་དང་། རྣམ་རྒྱན་པའི་ལྷགས་དགག་  
པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། སྒྲོང་བྱེད་ཆལ་ལ། རྣམ་ཤེས་གྲངས་མཉམ་པ། སྣ་  
ཚོ་གས་གཉིས་མེད་པའི་ལྷགས་དགག་པའོ། །དང་པོ་ལ། ཐལ་བ་དགོད།  
འདོད་པ་ལ་གཞོད་པ་བསྟན་པ། དོན་ཁས་སྒྲངས་པ་ལའང་སྒྲོན་མཚུངས་པ་  
བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། གལ་སོགས་བཞི་ལ། རྣམ་ཤེས་དུ་མར་ཐལ། རྣམ་པ་  
དུ་མ་དང་གཅིག་ཏུ་བདེན་པའི་ཕྱིར་དང་། རྣམ་པ་རྣམས་གཅིག་ཏུ་ཐལ། རྣམ་

ཤེས་དང་རྫས་གཅིག་ཏུ་བདེན་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་པ་མེད་ན། དེ་གཉིས་རྫས་སོ་  
 སོར་ཐལ། རྫས་ཤེས་གཅིག་དང་རྫས་པ་རྫས་སུ་མར་བདེན་པའི་ཕྱིར། ཐལ་  
 བར་འདོད་ན། གཉིས་པ་ནི། རྫས་སོགས་བཞི་ལ་རྫས་པ་གཅིག་གཡོ་བར་མཐོང་  
 བའི་ཆོ་ཐམས་ཅད་གཡོ་བ་དང་། གཅིག་སེར་བའི་ཆོ་ཐམས་ཅད་སེར་པོར་  
 ཐལ། རྫས་པ་རྫས་སུ་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི། སྤྱི་སོགས་བཞི་  
 ལ། དོན་ཁས་སྤངས་པའི་ལུགས་ལ་འང་རྫས་པ་རྫས་སུ་གཅིག་ཏུ་མི་བདེན་པར་  
 ཐལ། སྟོན་དེ་དག་བསྟོན་ཏུ་མེད་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། ཅི་སྟེ་སོགས་བཞི་  
 ལ། མིག་གི་རྫས་ཤེས་རིགས་མཐུན་ཏུ་མ་ཅིག་ཅར་ཏུ་མི་སྟེ་བར་ཐལ། ཏུལ་ཆ་  
 མེད་ཏུ་མ་ཅིག་ཅར་ཆོགས་པ་ལ་བཞོད་པའི་སྟོན་དེ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། གསུམ་  
 པ་ནི། གཡུ་སོགས་བརྒྱད་ལ། རྫས་པ་སྣ་ཆོགས་པ་དེ་ཤེས་པ་གཅིག་གི་རང་  
 བཞིན་ཏུ་བདེན་ནོཞེ་ན། གཅེར་བུ་བ་རིག་བྱེད་གསང་བའི་མཐར་སྐྱ་བའི་ལུགས་  
 ལྟར་ཡུལ་སྣ་ཆོགས་སྣང་བའི་ཤེས་པ་གཅིག་བདེན་འདོད་ན་རྫས་པ་སྣ་ཆོགས་  
 སྣང་ན་གཅིག་ཏུ་མི་བདེན་པས་ཁྱབ། རིན་པོ་ཆེ་སྣ་ཆོགས་པའི་ཕྱང་པོ་བཞིན།  
 ཤེས་པ་འང་རྫས་པ་སྣ་ཆོགས་པ་སྣང་བ་ཡིན་ནོ། །རྫས་པ་རྫས་སུ་གཅིག་ཏུ་འདོད་  
 ན། སྟེ་སེར་སོགས་རྫས་པ་སྣ་ཆོགས་པའི་རྫས་པ་སྣང་བ་དང་། སྤྱི་བས་མ་  
 སྤྱི་བས་ལ་སོགས་པའི་རྫས་པ་ཐ་དད་པ་དུ་མ་སྣང་བ་འདི་མི་འཐད་པར་ཐལ།  
 རྫས་པ་སྣ་ཆོགས་པ་རྫས་སུ་གཅིག་ཏུ་བདེན་པའི་ཕྱིར།

རྫས་རྟུན་པ་དགག་པ་ལ། འདོད་པ་བརྟོད་པ་དང་། དེ་དགག་པ་ལོ། ཅི་

སོགས་བཞི་ལ། ཁོན་རེ། རྣམ་པ་རྒྱས་གཅིག་དང་ཐད་དད་ལ་བཀོད་པའི་སྒྲིན་  
 དེ་ཁོ་བོ་ལ་མེད། རྣམ་པ་འདི་རྣམ་པ་དངོས་པོར་མེད་བཞིན་དུ་སྒྲུང་བ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་ཟེར་རོ། གཉིས་པ་ལ། རྣམ་པ་སྒྲིང་བ་མི་འཐད་པར་ཐལ་བ། སྤྱིར་ཤེས་པ་  
 མི་འཐད་པར་ཐལ་བ་སོགས་བརྒྱད་ཡོད་པའི་དང་པོ་ནི། གལ་སོགས་བཞི་  
 ལ། རྣམ་པ་ཆོས་ཅན། གསལ་བར་ཆོར་ཞིང་སྒྲིང་བ་མི་འཐད་པར་ཐལ།  
 དངོས་པོར་མེད་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པར་ཐལ། རྣམ་པའི་དངོས་པོ་ལས་ཐ་དད་པས་  
 ཏེ་རྣམ་པས་དབེན་པའི་ཤེས་པ་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། འདི་  
 སོགས་བཞི་ལ། ཤེས་པ་ཆོས་ཅན། རྣམ་པ་ཤེས་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ། བྱོད་ལ་  
 རྣམ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན། སྤྱུག་བསྐྱལ་ལ་བདེ་བ་དང་། དཀར་པོ་ལ་  
 སྒྲོན་པོ་མེད་པས་མི་ཤེས་པ་བཞིན་ནོ། །དངོས་སུ་སྒྲིང་བ་མི་འཐད་པ་ནི། རྣམ་  
 སོགས་བཞི་ལ། རྣམ་པ་ཆོས་ཅན། དངོས་སུ་སྒྲིང་བ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཤེས་  
 པའི་རྒྱས་མིན་པའི་ཕྱིར། རྣམ་མཁའ་མེ་ཏོག་བཞིན། བརྟགས་སྒྲིང་མི་འཐད་པ་  
 ནི། མེད་སོགས་བཞི་ལ། ཤེས་པ་ཆོས་ཅན། རྣམ་པ་བརྟགས་ནས་སྒྲིང་བ་མི་  
 འཐད་པར་ཐལ། རྣམ་པ་ལ་བྱེད་རྣམ་ལྡན་དུ་བསྐྱེད་པའི་རྣམ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 དཔེར་ན། ཏྲ་རྒྱ་བཞིན། བྱལ་པར་ཐལ། དངོས་པོར་མེད་ན་རང་སྒྲུང་མཁའ་གྱི་  
 ཤེས་པ་བསྐྱེད་པའི་རྣམ་པ་མེད་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཤར་རྒྱལ་ཉེ་བར་སྒྲུང་། རྣམ་  
 རྒྱལ་རིང་བར་གནས་པའི་ཤེས་པ་ཆོས་ཅན། ཤར་རྒྱལ་ཉེ་བར་སྒྲུང་བའི་ཆ་དེ་  
 རྣམ་རྒྱལ་རིང་བར་སྒྲུང་བའི་ཆ་ཡིན་པར་ཐལ། ཤར་རྒྱལ་ཉེ་བར་སྒྲུང་བ་གང་

ཞིག་ ཁྲོད་ཆ་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཤར་རྒྱལ་རིང་པར་སྤང་བར་ཐལ།  
དེའི་ཕྱིར། འདོད་ན་མངོན་སུམ་གྱིས་བསལ་ལོ།

རྣམ་ཤེས་འབྲེལ་མེད་དུ་ཐལ་བ་ནི། གང་སོགས་བཞི་ལ། ཤེས་པ་སྤྱོད་  
བའི་ཆེ་རྣམ་པ་སྤྱོད་ཆོགས་སྤྱོད་བར་མི་འཐད་པར་ཐལ། རྣམ་པ་དང་ཤེས་པ་  
འབྲེལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བདག་གཅིག་དེ་བྱུང་གི་འབྲེལ་བ་མེད་  
པའི་ཕྱིར། དེས་འགའ་འབྱུང་བར་མི་འཐད་པར་ཐལ་བ་ནི། རྒྱ་སོགས་བཞི་  
ལ། རྣམ་པ་རྣམས་ལ་རྒྱ་ཡོད་དམ་མེད། མེད་ན། རྣམ་པ་ཆོས་ཅན། དེས་  
འགའ་འབྱུང་བ་མི་འཐད་པར་ཐལ། རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ་ན།  
གཞན་དབང་དུ་ཐལ། འབྲུལ་བའི་རྒྱ་ལས་སྦྱེས་པའི་ཕྱིར།

འཛིན་རྣམ་འབའ་ཞིག་པར་ཐལ་བ་ནི། དེ་སོགས་བཞི་ལ། གཟུང་རྣམ་  
གྱིས་དབེན་པའོ་ཞེ་ན། ཤེས་པ་ཆོས་ཅན། གཟུང་རྣམ་མེད་པར་འཛིན་རྣམ་  
འབའ་ཞིག་པར་ཐལ། གཟུང་རྣམ་གྱིས་དབེན་པའི་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
འདོད་ན། གཟུང་རྣམ་གྱིས་དབེན་པའི་ཤེས་སྤོང་ལྟ་བུའི་འཛིན་རྣམ་མེད་པར་  
ཐལ། དམིགས་རུང་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར།

གཞན་དབང་དུ་ཐལ་བ་ནི། འདི་སོགས་བཞི་ལ། ཁོ་ན་རེ། དོན་ལ་མེད་  
ཀྱང་འབྲུལ་བའི་དབང་གིས་རྣམ་པ་སྤང་བ་ཡིན་ཞེ་ན། རྣམ་པ་ཆོས་ཅན། གཞན་  
དབང་དུ་ཐལ། འབྲུལ་བ་ལ་རག་ལས་པ་སྟེ་འབྲུལ་བའི་མཐུ་ལས་བྱུང་བའི་  
ཕྱིར། བདན་པའི་དུ་བྲལ་སྦྱབ་པ་ནི། དངོས་སོགས་བཞི་ལ། དངོས་པོ་ཆོས་

ཅན། བདེན་པའི་དུ་མར་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། བདེན་པའི་གཅིག་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 ལྷབ་པ་སྐྱབ་པ་ནི། གཅིག་སོགས་བཞི་ལ། བདེན་པའི་གཅིག་དང་དུ་མར་མ་  
 གྲུབ་ན་བདེན་པར་མེད་དགོས་པར་ཐལ། གཅིག་དང་དུ་མ་ལས་མ་གཏོགས་  
 པའི་དངོས་པོ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། གཅིག་དང་དུ་མ་གཉིས་མཉམ་ཆུན་  
 སྤངས་འགལ་ལ་བདེན་པའི་དངོས་འགལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཀུན་རྫོབ་ཏུ་དངོས་པོ་ཡོད་པར་བསྟན་པ་ལ། དངོས་པོ་དང་། ཀུན་རྫོབ་  
 གྱིང་བོ་ངོས་བཟུང་། འབྲུལ་རྒྱ་བདེན་པ་བཀག་པ་འོ། །དང་པོ་ནི། དེ་སོགས་  
 བཞི་ལ། དངོས་པོ་འདི་དག་ཆོས་ཅན། རྩན་པར་ཐལ། གཞི་གྲུབ་བདེན་པར་  
 གྲུབ་པ་བཀག་ཟིན་པ་དེའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་གཉིས་ལ། དེ་ཆོས་ཅན། བདེན་པར་  
 གྲུབ་པ་བདག་གིས་དགག་མི་རིགས་པར་ཐལ། བདེན་པར་ཆད་མས་གྲུབ་པའི་  
 ཕྱིར། ཡང་ན་ཆད་མས་དགག་མི་རིགས་པར་ཐལ། འདོད་པ་ཙམ་གྱིས་བཞག་  
 པ་མ་ཡིན་པར་བདག་རྒྱ་སྤྲུལ་ལས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། མ་སོགས་  
 བཞི་ལ། མཐར་ཐུག་དཔྱོད་པའི་རིགས་པས་དབྱུང་མི་བཟོད་པ་དང་། སྐྱེ་འཇིག་  
 བྱེད་པ་དང་དོན་བྱེད་རྣམས་པ་གསུམ་ཆོས་ཅན། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་ཏེ། ཐ་  
 སྟོད་པའི་ཆད་མས་ཉིད་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི། བརྟགས་སོགས་  
 བརྒྱད་ལ། བུམ་པ་སོགས་ལ་རྒྱ་བདེན་པ་མེད་ན་མི་རུང་། ཞེས་པ་དེས་ལེགས་  
 པ་སྤྲུལ་པ་མིན་པར་ཐལ། རྒྱ་བདེན་པ་མེད་ཀྱང་རིགས་འདྲ་སྤྲུལ་ལས་འབྲས་བུ་  
 ཕྱི་མ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། རྒྱ་བདེན་པ་མི་སྲིད་པར་ཐལ། བདེན་པ་བཀག་ཟིན་པའི་

ཕྱིར།

དེ་ལ་ལྷན་ཀ་སྤང་བ་ལ། མངོན་སུམ་དང་འགལ་བ་སྤང་བ་དང་། ལུང་  
འགལ་སྤང་བ། རོན་དམ་པའི་བདེན་པ་བསྟན། དེ་ལ་ཚོད་པ་སྤང་བ། ཀུན་རྫོབ་  
ཀྱི་ངོ་བོ་ངོས་བཟུང་བ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ངོ་བོ་དེ་དང་གཞན་ལས་ཁྱད་འཕགས་  
ཚུལ། ལུགས་འདི་རྟོགས་ན་སྤྲིང་རྗེ་དང་དད་པ་སྤྱི་བའི་རྒྱ་མཚན་ནོ། །དང་པོ་  
ནི། དངོས་སོགས་བཞི་ལ། བདེན་པར་གྲུབ་པའི་དངོས་པོ་མེད་ན། མངོན་སུམ་  
དང་འགལ་ལོ་ཞིན། བདེན་པ་བཀག་པས་མངོན་སུམ་དང་འགལ་བའི་སྒྲིན་མེད་  
པར་ཐལ། མཐར་ཐུག་དབྱེད་པའི་རིགས་པས་དབྱེད་བཅོད་ཀྱི་དངོས་པོ་བཀག་  
གི་ཐ་སྟད་པའི་ཆད་མས་རྙེད་དོན་མ་བཀག་པའི་ཕྱིར། རི་སྐྱད་བཤད་པའི་མངོན་  
སུམ་དང་འགལ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲིན་མེད་པར་ཐལ། ཡོད་པ་དང་མེད་པ་  
གཉིས་ཀ་གཉིས་མིན་སོགས་མཐའ་བཞི་པོ་བདེན་པར་ཁས་མ་སྤངས་པའི་  
ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། དེ་ཕྱིར་སོགས་བཞི་ལ། ལུང་ལས་ཆོས་ཐམས་ཅད་མ་  
སྤྱེས་པ་མ་འགགས་པར་གསུངས་པ་ལ་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། ཡང་དག་པར་གྲུབ་  
པའི་དངོས་པོ་མེད་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི། དམ་སོགས་བརྒྱ་གཉིས་ལ། ལྷ་གྲུ་  
བདེན་མེད་ཆོས་ཅན། རྣམ་གྲངས་པའི་དོན་དམ་པའི་བདེན་པར་ཐལ། རིགས་  
ཤེས་རྗེས་དཔག་གིས་རྙེད་དོན་གང་ཞིག་ ཁྱོད་གོམས་པ་ལས་མཉམ་གཞག་མི་  
རྟོག་ཡེ་ཤེས་གསར་དུ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། རོན་དམ་པར་སྒྲིས་པ་ཀུན་ལས་གོལ་  
པར་ཐལ། དགག་བྱ་བདེན་སྤྱི་མེད་པ་བཞིན་བདེན་པའི་སྤྱི་མེད་ཀྱང་དོན་དམ་



པར་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ་ན། སྤྱི་མེད་དོན་དམ་པར་མ་གྲུབ་པར་ཐལ།  
 དགག་བྱ་བདེན་སྤྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པར་ཐལ། བདེན་སྤྱི་མེད་ན་མཉམ་  
 གཞག་གི་གཟིགས་ངོར་དེ་བཀག་པའི་ཆོག་གི་སྒྲིལ་སྒྲུབ་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 དགག་གཞི་མེད་པ་ལ་དགག་སྒྲིལ་སྒྲུབ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟོག་བཏགས་ལ་དགག་  
 སྒྲིལ་སྒྲུབ་ཞེ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཀུན་རྫོབ་པར་འགྱུར་གྱི་བདེན་པར་མ་གྲུབ་པར་  
 ཐལ། དགག་བྱ་རྟོག་བཏགས་བཀག་པའི་བཀག་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

ཚུངས་ལ། ལྷན་པོས་སྤྱི་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པར་ཐལ་བ།  
 སྤྱི་མེད་རྟོགས་པའི་གང་ཟག་མེད་པར་ཐལ་བ། སྒྲུབ་ངག་མེད་པར་ཐལ་བ།  
 ལས་འབྲས་སོགས་མེད་པར་ཐལ་བའོ། །དང་པོ་ལ་ཚུངས་པ་དང་། ལན་ནོ། །  
 དང་པོ་ནི། འོ་ན་སོགས་བཞི་ལ། མི་མཁས་པ་གནག་ཇི་སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་སྤྱི་  
 མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པར་ཐལ། དངོས་པོ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་གང་  
 ཞིག་ །དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་བདེན་མེད་གྱི་ངོར་སྤྱེས་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། གཉིས་པ་  
 ནི། མ་ཡིན་སོགས་བཞི་ལ། །དངོས་པོ་བདེན་མེད་ཡིན་ཀྱང་གནག་ཇི་ལ་སོགས་  
 པས་སྤྱི་མེད་མངོན་སུམ་དུ་མི་རྟོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། ཐོག་མ་མེད་པ་  
 ནས་དངོས་པོ་བདེན་པར་སྤྱོད་བཏགས་པའི་འབྲུལ་པས་རྒྱད་བསྐྱད་བ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར།

གཉིས་པ་ནི། འོ་ན། སྤྱི་མེད་རྟོགས་པའི་གང་ཟག་མེད་པར་འགྱུར་འོ་  
 ཞེ་ན། དེ་སོགས་བཞི་ལ། ལྷན་པོས་མི་རྟོགས་ཀྱང་སྤྱི་མེད་རྟོགས་པའི་གང་

ཐག་ཡོད་པར་ཐལ། ཚོགས་སྤྱོད་ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་  
 གྱིས་གཏན་ཚིགས་ཡང་དག་ལ་བརྟེན་ནས་རྟོགས། ས་ལ་གནས་པའི་སེམས་  
 དཔའ་རྣམས་གྱིས་རྣལ་འབྱོར་མངོན་སུམ་གྱིས་གཟིགས་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་ནི། གཞུང་སོགས་བཞི་ལ། དངོས་སོ་བདེན་པར་མེད་ཀྱང་  
 ཉགས་སྤྱོད་སྒྱུབ་དག་སོགས་མེད་པའི་སྤྱོན་མེད་པར་ཐལ། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་  
 བྱུང་མཐའ་ལ་གྲགས་པའི་ཚོས་ཅན་སོགས་སྤངས་ནས་མཁས་པ་ནས་བྱིས་པའི་  
 བར་ལ་གྲགས་པའི་དངོས་སོ་སྤང་ཅམ་འདི་ཚོས་ཅན་སོགས་སུ་འཛོག་པའི་  
 ཕྱིར། དེ་མིན་ན་ཚོས་ཅན་གཞི་མ་བྱུང་པས་སྤོགས་ཀྱི་སྤྱོན་དུ་འགྱུར་བ་སོགས་ལ་  
 ལན་གད་བ་མི་རྒྱས་པར་ཐལ། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱུང་མཐའ་བརྟགས་པ་ཁོ་ན་  
 ལ་བརྟགས་སྤྱོད་དོན་གསུམ་འཛོག་པའི་ཕྱིར། ཁོ་བོ་ལ་བསྒྱུབ་བྱ་སྒྱུབ་བྱེད་  
 བཞག་དུ་མི་རུང་བའི་སྤྱོན་མེད་པར་ཐལ། མཁས་པ་ནས་བྱིས་པའི་བར་གྱི་རྟོག་  
 མེད་ཤེས་པ་ལ་སྤང་བའི་དངོས་སོ་སྤང་ཅམ་འདི་མི་འགོག་པའི་ཕྱིར།

ལས་འབྲས་མི་འཐད་པར་ཐལ་བ་ལ། སྤྱི་བ་སྤྱི་བྱི་མི་འཐད་པར་ཐལ་  
 བ། ཀུན་ཉོན་མི་འཐད་པར་ཐལ་བ། ཚོགས་རྫོགས་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ་བའོ།  
 དང་པོ་ལ། ཉགས་དགོད། དེ་སྒྱུབ་པ། ཉག་ཆད་ཀྱི་སྤྱོན་མེད་པ། སྤྱིད་པ་ལས་  
 ཐར་བ་སྤྱིད་པར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་སོགས་བཞི་ལ། སྤྱིས་མ་ཐག་གི་  
 དངོས་སོ་མེད་པའི་རྟོག་པ་འདི་ཚོས་ཅན། རིགས་འབྲས་སྤྱི་མ་སྤྱོན་དུ་སོང་སྟེ།  
 རིག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ཆགས་གོམས་པ་བཞིན། གཉིས་པ་ནི་འདི་སོགས་

དགུལ། དེ་ཆོས་ཅན། དོན་ཆ་མེད་གྱི་སྒྲིབས་ལས་མ་བྱུང་བར་ཐལ། དེ་མེད་  
 པའི་བྱིར་དང་། དངོས་པོ་བདེན་པ་བཀག་པའི་བྱིར། རྒྱ་མེད་མིན་པར་ཐལ།  
 རིམ་གྱིས་འབྱུང་བའི་བྱིར། རོ་བོ་རྟག་པ་མིན་པར་ཐལ། རྟག་ཏུ་འབྱུང་བ་མ་  
 ཡིན་པའི་བྱིར། དེས་ན་རིག་པ་སྒྲིན་དུ་སོང་སྟེ། རིག་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། གསུམ་  
 པ་ནི། དེ་སོགས་བཞི་ལ། དབུ་མའི་ལུགས་ལ་རྟག་ཆད་གྱི་སྒྲིན་མེད་པར་ཐལ།  
 རྒྱ་ལོག་རྗེས་སུ་འབྲས་བུ་ལྟོག་པས་རྟག་པ་དང་། རྒྱ་ལས་འབྲས་བུ་མི་འབྱུང་  
 བས་ཆད་པའི་སྒྲིན་མེད་པའི་བྱིར། ས་བོན་ལས་སུ་གྱུ་འབྱུང་བ་བཞིན། བཞི་པ་  
 རི། ཆོས་སོགས་བཞི་ལ། བྱང་སེམས་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། བདེན་འཛིན་གྱི་  
 རྒྱ་ལས་བྱུང་བའི་ཉོན་མོངས་སྒྲིམ་མི་དགོས་པར་སྤོང་བར་འགྱུར་ཏེ། སྤོང་ཉིད་  
 མཐོང་ཟིན་གོམས་པར་བྱེད་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་ནི། རྒྱ་སོགས་བཞི་ལ། ཀུན་  
 ཉོན་བདེན་པ་བཀག་པས་འཁོར་འདས་གྱི་རྣམ་གཞག་འབྲག་ས་ཡིང་ཉམས་པའི་  
 སྒྲིན་མེད་པར་ཐལ། རྒྱ་འབྲས་ཀུན་རྩོབ་ཏུ་ཁས་སྤངས་པའི་བྱིར། གསུམ་པ་  
 རི། འདི་སོགས་རྣམས་ལ། ཚོགས་ཀྱི་མེད་གསོག་པའང་ལུགས་འདི་ལ་མི་  
 རུང་བར་ཐལ། རྒྱ་འབྲས་བདེན་པ་བཀག་ནས་རྒྱན་པ་འཛོག་པའི་བྱིར། སྤོང་  
 ཉིད་གྱི་ལྷ་བས་ཀུན་ནས་བསྤངས་པའི་བསོད་ནམས་ཆོས་ཅན། འབྲས་བུ་རྣམ་  
 དགུ་ཏུ་འབྱུང་སྟེ། རྒྱ་རྣམ་དག་ཡིན་པའི་བྱིར། འཛིག་རྟེན་པའི་ཡང་དག་པའི་ལྷ་  
 བས་ཀུན་ནས་བསྤངས་པའི་སྟོག་གཙོད་སྤོང་བའི་ཚུལ་བྱིམས་སོགས་བཞིན།  
 བདེན་འཛིན་གྱིས་ཀུན་ནས་བསྤངས་པའི་བསོད་ནམས་ཆོས་ཅན། ཆོས་རྟགས་

གོ་ལྟོག་ ལོག་ལྟོག་སྟོབས་ལས་བྱུང་བའི་འདོད་ལོག་བཞིན། སྟོང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་  
བས་ཀྱན་ནས་མ་བསྐྱངས་པའི་སྦྱིན་པ་ཆོས་ཅན། བྱོད་ཀྱི་འབྲས་བུ་སྟོབས་ཚུང་  
སྟེ། བྱོད་རྒྱ་སྦྱིན་ཅི་ལོག་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར། བདག་དང་བདག་གིས་འཛིན་པ་  
ལས་འབྱུང་བའི་འབྲས་བུ་བཞིན། དེར་ཐལ། དངོས་པོར་བདེན་པར་བྱུང་པ་ལ་  
ཆད་མས་གནོད་པའི་ཕྱིར། སྦྱིག་རྒྱ་ཚུར་འཛིན་པ་བཞིན། སྟོང་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱན་  
ནས་བསྐྱངས་པའི་སྦྱིན་པ་ཆོས་ཅན། འབྲས་བུ་རྣམ་དག་འབྱུང་སྟེ། རྒྱས་པའི་རྒྱ་  
རྣམ་དག་ལས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། ས་བོན་གྱུང་བའི་སྐྱ་གུ་འབྱུང་བ་བཞིན།

ཀུན་རྫོབ་པའི་དོ་བོ་དོས་བབྱང་བ་ནི། རྒྱ་སོགས་བརྒྱད་ལ། རྒྱ་འབྲས་  
ཀྱིས་བསྐྱས་པའི་ཆོས་འདི་རྣམས་ཆོས་ཅན། ཤེས་པའི་རྣམས་ལས་གཞན་མིན་པར་  
ཐལ། མཛོན་སྤུམ་ཆད་མས་ཉམས་སུ་བྱོང་བའི་ཚུལ་གྱིས་བྱུང་བའི་ཕྱིར། བྱུང་  
བར་ཐལ། ཉགས་དེ་ཡིན་ན་ཤེས་པའི་རྣམས་སུ་གནས་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེ་ཆོས་  
ཅན། ཐ་སྙད་དུ་སེམས་ཅོམ་གྱིས་བདག་ཉིད་དུ་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། ཕྱི་དོན་གྱིས་  
དབེན་པའི་ཕྱིར། དོན་དམ་པར་སེམས་ཅོམ་དུ་མ་བྱུང་སྟེ། དོན་དམ་པར་གཅིག་  
དང་དུ་མ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར།

ཐེག་ཆེན་གྱི་དོ་བོ་དེ་དང་གཞན་ལས་འཕགས་ཚུལ་ནི། ཚུལ་སོགས་  
བཅུ་གཉིས་ལས། ཆོགས་སྦྱར་བའི་སེམས་དཔའ་ཆོས་ཅན། དེ་ཁོན་ཉིད་ཀྱི་དོན་  
ཅན་གྱི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཏེ། ཐ་སྙད་ཅོམ་དུ་སེམས་ཅོམ་གྱི་ཚུལ་  
དང་། དོན་དམ་པར་རང་བཞིན་མེད་པའི་ཚུལ་གཉིས་ཀྱི་ཡིད་རྟེན་ལ་ཞོན། སྤར་

བཤད་པའི་རིགས་པའི་སྤྱབ་སྒྲིགས་འཕྲུག་བར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དུས་  
 དཔག་མེད་འཁོར་བ་ཇི་སྤྱད་དུ་འཆི་བ་མེད་པའི་གོ་འཕང་ལ་གནས་པའི་རྒྱ་ཡང་  
 དག་པའི་བདུན་ཅི་རང་བཞིན་མེད་རྟོགས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཆོས་ཅན། ཁྲུ་འཕྲུག་  
 དང་དབང་ཕྱུག་སོགས་ཀྱི་སྤྱི་རོལ་བ་ཐམས་ཅད་དང་། འཛིག་རྟེན་གྱི་སྤྱི་བོ་ཉན་  
 རང་དབང་བཅོམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཉན་སྤྱོད་བར་ཐལ། ཕྱགས་ཇི་དག་  
 པའི་རྒྱ་ཅན་གྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཉག་གཅིག་གིས་རང་དབང་དུ་མངོན་སྤྱོད་དུ་  
 མྱོང་བའི་པའི་ཕྱིར།

ལྷགས་འདི་རྟོགས་ན་སྤྱིར་ཇི་དང་དད་པ་སྤྱེ་བའི་རྒྱ་མཚན་ནི། དེ་སོགས་  
 བརྒྱད་ལ། ཆོགས་སྤྱོད་པའི་སེམས་དཔའ་དག་ཆོས་ཅན། སྤྱི་རོལ་བ་རྣམས་ལ་  
 སྤྱིར་ཇི་སྤྱེ་བའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། དེ་དག་ཐར་ལམ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་སྤྱོད་པའི་གྲུབ་  
 མཐའ་ལ་འཆེལ་ཞིང་གཞོལ་བར་མཐོང་བའི་ཕྱིར། སྤྱོད་ཀྱི་ཁོར་དང་ལྷན་པའི་  
 ཆོགས་སྤྱོད་ལ་གནས་པའི་བྱང་སེམས་ཆོས་ཅན། སྤྱབ་པ་ལ་གྲས་བཅུན་པོ་སྤྱེ་  
 བར་འགྱུར་ཏེ། སྤྱབ་པའི་ལྷགས་ལས་ལྷགས་གཞན་ཐམས་ཅད་ཐར་ལམ་ལས་  
 ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་གྱུར་པས་སྤྱིར་བོ་མེད་པར་གཟིགས་པའི་ཕྱིར།

བཤད་པ་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པའི་བྱ་བ་ནི། བསྟན་བཅོས་འདི་སློབ་དཔོན་  
 ཞི་བ་འཆོས་མཛད་ལ། དེའི་ཡོན་ཏན་ནི་བདག་དང་སོགས་སོ། །དག་གི་དབང་  
 ཕྱུག་ནི་ཇི་བཙུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་སོ། །ཟེ་འབྲུ་སྤྱི་བོས་ལེན་པ་ནི་དེ་ལ་དངོས་  
 སུ་ཆོས་ཉན་པའོ།

མཁས་པའི་དབང་པོ་དཔལ་ལྷན་ནི་བ་འཛོལ། །ལེགས་པར་བཤད་པ་  
དབུ་མའི་རྒྱུ་འདི་ལ། །སྤྲོ་མའི་གསུང་བཞིན་བཟེང་བྱང་འདི་བྱས་པས། །འགྲོ་  
ཀུན་ཐེག་མཆོག་ལུགས་ལ་མཁས་པར་ཤོག། །བདག་ཀྱང་དལ་བའི་རྟེན་བཟང་  
ཐོབ་གྱུར་ནས། །བཤེས་གཉེན་མཆོག་རྣམས་གྲུས་པས་བསྟེན་བྱེད་ཅིང་། །ལྷ་  
ངན་ལོག་པའི་གཡང་ས་རབ་སྤངས་ནས། །མཁས་པའི་དབང་པོ་ནི་འཛོལ་བྱ་  
བར་ཤོག། ॥

ཁམས་གསུམ་གྱི་སྤྲོ་མ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སྟོོ་བཟང་གྲགས་པའི་  
གསུང་རྒྱལ་ཚབ་ཆོས་རྗེས་བཟེང་བྱང་དུ་བྱས་པ་དག་བར་གྱུར་ཅིག། །འདིས་  
ཀྱང་སངས་རྒྱུ་གྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་སྟོགས་ཐམས་ཅད་ནས་སྟོོ་ཐམས་ཅད་དུ་  
དར་ཞིང་རྒྱས་ལ་ཡུན་རིང་དུ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག། ॥མཆོལ་།



# ༡༡། འདུམ་ལྷ་བའི་བྲིད་ཡིག་བཞུགས་སོ།།

ཡེ་ཙཱ་ཁ་བ་སྒོ་བཟང་གྲགས་པ། ༡༣༥༧-༡༣༧༤

༡༡། འཇོག་ཏུ་ཡུའུ་མཛུ་བྱི་ཡོ། རྟེན་འབྲེལ་སྒྲ་ཚོགས་ལ་བརྟེན་  
ནས། གནས་ལུགས་ཇི་བཞིན་སྟོན་བྱ་སྟེ། སྐྱབས་སོང་ཚོགས་བསགས་སྐྱབ་པ་  
སྤངས། རྟེན་འབྲེལ་ལུགས་འབྱུང་ལུགས་ལྟོག་སྟོམ། སྐྱ་གསུང་བྲགས་ཀྱི་  
རང་བཞིན་དང་། ཟབ་མོ་གདམས་པ་བདག་གིས་ནི། སྐལ་ལྷན་བྱང་ཚུབ་སྐྱབ་  
པ་པོས། སྤང་སྟོང་འཁོར་འདས་ཚོས་རྣམས་ཀྱན། རྟེན་འབྲེལ་གང་ཡང་རང་  
བཞིན་མེད། ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་མཉམ་པར་བཞག། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ལུང་  
པོའི་ཚོགས། གང་ཡང་བདག་ཏུ་མ་གྲུབ་ལ། འདི་ལས་གཞན་དུ་བདག་མེད་  
བས། བདག་མེད་དོན་འདི་ཤེས་པར་བྱ། ལུང་པོ་ལྷ་དང་སྐྱེ་མཆེད་དང་། །  
འབྱུང་བ་འབྱུང་འབྱུང་དགོ་མི་དགོ། སྤང་སྟོང་འཁོར་འདས་ཚོས་རྣམས་ཀྱན། །  
རྟེན་འབྲེལ་གང་ཡང་རང་བཞིན་མེད། སྐྱེ་འགག་གནས་པ་དང་བྲལ་ཞིང་། །  
ཡོད་མེད་ཡིན་མིན་བརྗོད་ལས་འདས། སྐྱོས་བྲལ་དབྱེར་མེད་ཟབ་ཞི་འདི། །  
གང་གིས་ཤེས་བས་ལྷ་ངན་འདས། སྲིད་ཞི་མཉམ་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་བའི་བྲིད་ཀྱི་རྩི་རྩི་  
ཚོག་དགོལོ། །

༡༢། སྤྱུ་མ་དང་རྩི་བཅུན་མགོན་པོ་འཇམ་པའི་དབྱངས་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ལོ། །  
འདིར་སྲིད་ཞི་མཉམ་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་བའི་བྲིད་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ལ་དོན་གསུམ་སྟེ།



སྟོན་འགོ་དང་། དངོས་གཞི་དང་། རྗེས་ལ་ངོ་སྤྲད་པའོ། །དེ་ཡང་རྟེན་འབྲེལ་སྐྱ་  
 ཚོགས་ལ་བརྟེན་ནས་གནས་ལུགས་ཇི་བཞིན་སྟོན་བྱ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པ་ནི་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མདོར་བསྟན་པའོ། །དེ་ནས་རིམ་བཤུ་བཞིན་དུ་བསྟན་པར་བྱ་  
 སྟེ། དང་པོ་སྟོན་འགོ་གསུངས་པ་ནི། སྐབས་སོང་ཚོགས་བསགས་སྒྲིབ་པ་  
 སྤྱངས། ཞེས་བྱ་བ་ལ་བྱིན་རྒྱལ་པས་འབྲུག་པར་བྱེད་པ་སྒྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་སྟོམ་པ་  
 དང་། ཚོགས་བསགས་པར་བྱེད་པ་མཐུལ་གྱི་བྲིད་དང་། སྒྲིབ་པ་སྦྱོར་བར་བྱེད་པ་  
 ཡི་གེ་བརྒྱ་པའི་སྟོམ་བཞུས་བྱ། །ཕལ་ཆེ་བ་གཞན་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ།།

གཉིས་པ་དངོས་གཞི་ལ་གཉིས་ལས་ཅམ་པོ་དང་། བྱད་པར་ཅན་ནོ། །  
 དང་པོ་ནི། རྟེན་འབྲེལ་ལུགས་འབྱུང་ལུགས་བརྒྱུག་སྟོམ་ཞེས་གསུངས་པ་ལ་  
 འཁོར་བ་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་། ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་  
 བ་མ་རིག་པ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ། རྟེན་འབྲེལ་ལུགས་འབྱུང་དང་  
 ལུགས་བརྒྱུག་བསྟོམ་པ་དང་། ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཐོབ་པ་ལ་བདག་  
 ལྷ་ངར་འཛིན་སྤངས་ནས། གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་རྟོགས་དགོས་པར་ཤེས་པར་བྱ་  
 བའི་ཕྱིར་དུ། རྟེན་འབྲེལ་ལུགས་འབྱུང་བསྟོམ་པ་དང་། ལུགས་བརྒྱུག་སྟོམ་པ་  
 གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ནི། ལུགས་འབྱུང་བསྟོམ་པ་ནི། མ་རིག་པ་ནི་བདག་ཏུ་འཛིན་  
 པ་སྟེ། སྤང་པོ་ལྷ་ཚོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་ལ་གང་ཟག་དང་། སེམས་  
 ཅན་དུ་བཟུང་བ་སྟེ། དེ་ཡང་བདག་འཛིན་གྱི་དབང་དུ་གྱུར་པས་ནམ་རང་གིས་  
 རང་ཉིད་ལ་བདག་མེད་པ་ལ་བདག་ཏུ་བཟུང་བ་དང་། མི་གཙང་བ་ལ་གཙང་བ་

དང་། མི་བདེ་བ་ལ་བདེ་བར་བཟུང་བ་སྟེ། སྤྱི་ཅི་ལོག་བཞིའི་སྤྱི་ཅི་ལོག་ཏུ་  
 སྒྱུར་བ་ལ་བརྟེན་ནས། འདི་ནི་བདག་གི་གཉེན་དང་མཉམས་དང་། གྲོགས་དང་ཉེ་  
 འབྲེལ་རྣམས་ཡིན་ཏེ། བདག་ལ་ཕན་བཏགས་པ་དང་། བདག་གི་སྤྱོད་པ་ཡིན་  
 རོ་ཞེས་བསམས་ནས་འདོད་ཆགས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་བསྐྱེད་པའི་ལས་དཔག་མེད་  
 གསོག་པར་བྱེད་དོ། །ཡང་འདི་ནི་བདག་གི་དགྲ་ཡིན་ནོ། །གཞོད་བྱེད་མི་མཐུན་  
 པའི་སྤྱོད་པ་ཡིན་རོ་ཞེས་བསམས་ནས། ཞེ་སྤང་གིས་ཀུན་ནས་བསྐྱེད་པའི་ལས་  
 དཔག་མེད་གསོག་པར་བྱེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་རང་དང་རང་གི་སྤྱོད་པ་སུ་མཛོན་  
 པར་རྫོམ་སྟེ་བཟུང་བ་རྣམས་ལ་ནི། བདེ་སྦྱིད་དང་། སྦྱོང་བྲགས་དང་། ལོངས་  
 སྦྱོད་དང་། ཉེད་བཀྱར་དང་། སུན་སུམ་ཚོགས་པ་འབའ་ཞིག་ཡོད་པར་བྱེད་  
 འདོད་པའི་འདོད་ཆགས། ཡང་རང་གི་དགྲ་དང་། མི་མཐུན་པའི་སྤྱོད་པ་མཛོན་  
 པར་བཟུང་བ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་མི་སྦྱོན་པ་དང་། གྲགས་པ་ངན་པ་དང་། དབུལ་  
 ཞིང་འཕོངས་པ་དང་། ཆེ་སྤང་བ་དང་། ཉན་མང་བ་དང་། བཀྱ་མི་ཤིས་པ་དང་།  
 ཉེས་པའི་ཚོགས་འབའ་ཞིག་འོང་བར་དོགས་པའི་ཞེ་སྤང་དང་། དེ་ལྟར་ཆགས་  
 སྤང་གཉིས་ཀྱི་དབང་དུ་སྒྱུར་ནས། འབྲུག་པ་དང་། འཐབ་ཚོད་དང་། བརྟ་  
 སེམས་དང་། གཞོད་སེམས་དང་། ལོག་ལྷ་དང་། སྤྱོད་གཅོད་པ་དང་། མ་  
 སྤྱིན་པར་ལེན་པ་དང་། འདོད་པས་ལོག་པར་གཡེམ་པ་དང་། ངག་འབྲུལ་བ་  
 དང་། ཆོག་རྩུབ་པ་དང་། སྤྲོ་མ་དང་བརྟུན་དང་། གཞན་ཡང་སྤྲག་དོག་དང་  
 འབྲན་སེམས་དང་། བརྟ་མ་ཚོས་དང་། ང་རྒྱལ་དང་། ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ཀྱི་

བའི་རྒྱན་བཞིན་དུ་བྱུང་ནས། སྤྱི་བའི་ཚོགས་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བསགས་  
 ནས། ངན་སོང་འཁོར་བ་མཐའ་མེད་ཀྱི་སྤྱུག་བསྐྱེད་བཟོད་གྲགས་མེད་པར་སྤྱོད་  
 བའི་རྒྱར་གྱུར་པའི་འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཚོགས་འབྱུང་བ་འདི་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་ཁོ་ན་ལ་  
 བརྟེན་ནས་འབྱུང་བའོ། །འདུ་བྱེད་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འབྱུང་  
 བའོ། །དེ་ལ་བརྟེན་ནས་མིང་དང་གཟུགས་ཏེ། མིང་ནི་བཞི་སྟེ། ཚོར་བ། འདུ་  
 ཤེས། འདུ་བྱེད་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པའོ། །གཟུགས་ནི་པ་མའི་བྲ་བྲག་འབྲེས་  
 ནས་རྩར་རྩར་པོ་ལ་སོགས་པ་རིམ་བཞིན་འབྱུང་བ་རྣམས་སོ། །མིང་དང་  
 གཟུགས་ལ་བརྟེན་ནས་སྟེ་མཆོད་རྣམས་འབྱུང་བ་སྟེ། དབང་པོ་དང་། རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་དང་། ཡུལ་གསུམ་ཚོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས། དེག་པ་འབྱུང་བའོ། །དེ་  
 ལ་བརྟེན་ནས་བདེ་སྤྱུག་བཏང་སྟོམས་པ་གསུམ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བར་བྱེད་པའི་  
 ཚོར་བ་འབྱུང་བའོ། །དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བདེ་བ་ཡིན་ན་མི་འབྲལ་བར་ཉམས་སུ་  
 སྤྱོད་འདོད་ཀྱི་སྟེད་པ་དང་། སྤྱུག་བསྐྱེད་ཡིན་ན་དོར་བར་འདོད་པའི་སྟེད་པ་  
 དང་། ལུང་མ་བསྟན་ཡིན་ན་བཏང་སྟོམས་སུ་བཞག་པར་འདོད་པ་སྟེ་སྟེད་པ་  
 འབྱུང་ངོ། །དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡུལ་དངོས་སུ་སྤྱོད་ཞིང་དང་དུ་སྦྱངས་པའི་ལོན་པ་  
 འབྱུང་ངོ། །དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ངན་སོང་དང་འཁོར་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་སྤྱོད་བར་  
 བྱེད་པའི་སྟེད་པ་འབྱུང་ངོ། །དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ངན་སོང་དང་སྟེ་བའི་ཚོགས་  
 རྣམས་འབྱུང་ངོ། །དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆ་ཤི་འབྱུང་སྟེ། ཆ་བཞི་ལུས་ཡོངས་སུ་  
 སླིན་པའོ། །ཤི་བཞི་ལུས་ཡོངས་སུ་དོར་བའོ། །ཡང་སྟེ་བསྐྱེད་པའི་མ་རིག་པ་

དང་། འདྲ་བྱེད་ནཱ་པར་ཤེས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོ་འདིའི་མིང་དང་གཟུགས་ནས་  
 སྲིད་པའི་བར་འབྱུང་ལ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་བ་སྲ་མའི་སྐྱེ་བ་དང་། ཁ་ཤི་འབྱུང་  
 བའོ། །ཡང་ཆོ་འདིའི་མ་རིག་པ་དང་། འདྲ་བྱེད་དང་ནཱ་པར་ཤེས་པ་ལ་བརྟེན་  
 ནས། སྐྱེ་བ་བྱི་མའི་མིང་གཟུགས་ནས་སྲིད་པའི་བར་འབྱུང་བའོ། །དེ་ལ་བརྟེན་  
 ནས་དེའི་ཡང་སྐྱེ་བ་བྱི་མའི་སྐྱེ་བ་དང་། ཁ་ཤི་འབྱུང་། །དེ་བཞིན་སྐྱེ་བ་སྲ་བྱི་  
 ཐམས་ཅད་ལ་ཤེས། དེ་ལྟར་ན་རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བརྒྱ་གཉིས་ཀྱི་ཐོ་རྒྱུན་གྱི་  
 རྒྱུན་ལྟར་རང་དབང་མེད་པར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྐྱལ་  
 མཐའ་མེད་བཟོད་སྒྲགས་མེད་པ་སྤྱོད་བར་བྱེད་དེ། །དེ་ཐམས་ཅད་བདག་ཏུ་  
 འཛིན་པ་འབའ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བར་ཤེས་པར་བྱའོ།

གཉིས་པ་རྟེན་འབྲེལ་ལུགས་བརྒྱུག་སྒྲོམ་བ་ནི་དེ་ལྟར་ངན་སོང་འཁོར་  
 བའི་སྐྱག་བསྐྱལ་ཐམས་ཅད་ནི་བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་པས། །  
 ངན་སོང་དང་འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྐྱལ་ཐམས་ཅད་ནི་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་སྤངས་  
 པས་འགག་པར་འགྱུར་རོ། །ཇི་སྲིད་བདག་འཛིན་མ་སྤངས་པ་དེ་སྲིད་དུ་ནི་སྐྱག་  
 བསྐྱལ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྒྱ་ཐོའི་རྒྱུན་བཞིན་དུ་འབྱུང་སྟེ། སྐྱག་བསྐྱལ་ཐམས་ཅད་  
 རྒྱ་དང་རྒྱུན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་བཞིན་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་དེ་ཡོད་པའི་བྱིར་རོ། །  
 དཔེར་ན་བྱིའི་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོ་དེ་ཡོད་ཀྱི་བར་དུ་རྒྱ་སྐྱན་ནཱ་པར་འབྱུང་བ་ལྟ་བུའོ། །  
 རོ་ན་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་དེ་གང་གིས་སྤངས་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། བདག་མེད་རྟོགས་  
 པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་སྤངས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་མ་ཡིན་པའི་དགོ་བའི་བྱ་བ་ནཱ་པར་

གྱིས་སྤངས་པར་མི་རྒྱས་སམ་ཞེན། དེ་རྣམས་གྱིས་ཀྱང་བདག་ཏུ་འཛིན་པའི་ཡན་  
 ལག་ཏུ་གྱུར་བའི་ཉོན་མོངས་པ་འདྲོད་ཆགས་ཞེས་སྤང་སྤྱོད་གཤམ་སོགས་རེ་རེ་  
 ཟུང་རེ་ཙམ་གནས་སྐབས་འགའ་ཞིག་དག་ཏུ་ཉོན་མོངས་པའི་རྒྱ་བྱེད་དེ། དེ་ཡང་  
 མོས་བསམ་གྱི་ཡོན་ཏན་གྱིས་མཁས་པ་ཆེན་པོར་གྱུར་བ་དང་། བདག་ནི་མཁས་  
 པའོ་སྟམ་པའི་ང་རྒྱལ་གྱི་ང་རྒྱལ་ཏེ། སྤྱོད་དོག་དང་འབྲན་སེམས་དང་། བརྟམ་  
 ཆོས་དང་། གཞན་ལ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་བྱུང་དུ་གསོད་པ་ལ་སོགས་གྱི་ཉོན་  
 མོངས་པ་མཁས་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་དང་། ཡང་འགའ་ཞིག་གི་  
 དཔེན་པའི་གནས་སུ་ཞི་གནས་གྱི་རྒྱའི་ངོ་བོ་བསྐྱབ་ཅིང་གནས་ཏེ་ཡོན་ཏན་ཅུང་  
 ཟད་དམ་ཆེན་པོ་ཡང་རུང་སྟེ། རང་གི་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བ་དང་། དེས་ཀྱན་ཏུ་ང་  
 རྒྱལ་ནས། །གཞན་དཔེན་པའི་གནས་སུ་གནས་པ་མ་ཡིན་པའི་མཁས་པ་  
 དང་། །བརྟེན་པ་ལ་སོགས་སྟེས་བྱ་དམ་པ་རྣམས་ལ་སྦྲོད་བ་དང་། སྤྱོད་དོག་ལ་  
 སོགས་ཉོན་མོངས་པ་སྦྱེད་པར་བྱེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྦྱིན་པ་བཏང་བ་དང་།  
 རྒྱལ་བྱིས་པ་བསྐྱུང་བ་དང་། །བཟོད་པ་སྦྲོམ་པ་དང་། །བཙོན་འགྲུས་ཚུལ་བ་  
 དང་། །བསམ་གཏན་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པ་དང་། གཞན་ཡང་དགེ་བའི་བྱ་བ་  
 གང་བྱེད་ཀྱང་རུང་སྟེ། དེ་དག་གིས་ཉོན་མོངས་པ་འབའ་ཞིག་གི་གཉིན་པོ་བྱེད་  
 ཅིང་། གནས་སྐབས་གྱི་བདེ་འབྲས་འགའ་ཞིག་འབྱུང་བར་བྱེད་ཀྱང་། །གཏན་  
 གྱི་བདེ་བ་ཐར་བ་དང་། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཐོབ་པར་བྱེད་བ་དང་། །སྦྱིབ་པ་  
 ཐམས་ཅད་སྦྱོང་བར་བྱེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་

བྲལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་མ་གཏོགས་པའི་  
 དགེ་བའི་བྱ་བ་གཞན་གྱིས་བདག་འཛིན་སྟོང་བར་མི་རུས་ལ། ཇི་སྲིད་བདག་  
 འཛིན་གྱི་ཕུང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས། རར་འཛིན་པ་དེ་སྲིད་དུ་ནི་ངན་སོང་ལའོར་བའི་  
 ལྷག་བསྐྱེད་ལས་གྲོལ་བའི་གནས་སྐབས་མེད་དེ། འཕགས་པ་རྒྱ་སྐྱབ་གྱི་ཞལ་  
 སྤྲུལ་སྐྱེད་ཀྱང་། ཇི་སྲིད་ཕུང་པོ་འཛིན་ཡོད་པ། དེ་སྲིད་དེ་ལ་རར་འཛིན་ཡོད།  
 རར་འཛིན་ཡོད་ན་ཡང་ལས་ཏེ། དེ་ལས་ཡང་ནི་སྦྱོབར་འགྱུར། ཞེས་གསུངས་  
 པ་དང་། སྟོབ་དཔོན་རྒྱ་བ་གྲགས་པའི་ཞལ་སྤྲུལ་སྐྱེད་ཀྱང་། དང་པོར་ཞེས་བདག་  
 ལ་མངོན་ཞེན་ཅིང་། བདག་གིས་འདི་ཞེས་དངོས་ལ་ཆགས་སྦྱེད་པ། རྩོུམ་  
 འཕྲུན་ལྟར་རང་དབང་མེད་པ་ཡིས། །འགོ་ལ་སྦྱིང་རྩེས་གྱུར་གང་དེ་ལ་འདུད། །  
 ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་ཀྱིས། ལུས་དང་།  
 སྟོག་དང་། རྟེན་པ་དང་། བཀུར་སྟེ་དང་། ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དང་། མཐའ་ན་  
 བཟའ་བ་དང་། བརྟུང་བ་ཅུ་ལ་མི་ཆགས་པར་ལུས་དང་མགོ་ལ་མེམོར་བ་  
 བརྒྱུག་པ་བཞིན་གྱི་བཙོན་འགྲུས་ཆེན་པོ་དང་། དཀའ་སྤྱད་དཔག་མེད་མཛེད་  
 དེ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མཆན་ལྷན་གྱི་བླ་མ་བསྟེན་ཏེ། གདམས་པ་ཟབ་མོ་ཉམས་  
 སུ་ལེན་པ་དང་། ཕུང་པོ་ལྷ་དང་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་པ་དང་། བདག་ཏུ་  
 འཛིན་པ་འགོག་པར་བྱའོ། །དེ་འགགས་པས་འདུ་བྱེད་གྱི་ཆོགས་རྣམས་འགག་  
 བོ། །དེ་འགགས་པས་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཆོགས་རྣམས་འགག་བོ། །དེ་འགགས་  
 པས་མིང་དང་གཟུགས་རྣམས་འགག་བོ། །དེ་འགགས་པས་སྦྱེ་མཆེད་འགག་

གོ། །དེ་འགགས་པས་རེག་པ་དང་། དེ་འགགས་པས་ཚོར་བ་དང་། དེ་  
འགགས་པས་སྲིད་པ་དང་། དེ་འགགས་པས་ལེན་པ་དང་། དེ་འགགས་པས་  
སྲིད་པ་དང་། དེ་འགགས་པས་སྲུང་བ་དང་། དེ་འགགས་པས་གྲོ་བ་འགགས་པ་  
སྲུང་། དེ་ལྟར་ན་སྤྱུ་གྱིས་སྤྱད་པའི་ཐམས་ཅད་ནི། བདག་ཏུ་འཛིན་པ་  
ལས་འབྱུང་ལ། བན་བདེའི་འབྱུང་གནས་ཐམས་ཅད་ནི། བདག་མེད་རྟོགས་  
པའི་ཤེས་རབ་ལས་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་རྣམས་ཀྱི་ནི། རྟེན་འབྲེལ་  
ལྷགས་འབྱུང་ལྷགས་ལྷོག་བསྟོམས། ཞེས་གསུངས་པ་བསྟན་པའོ།

གཉིས་པ་དངོས་གཞི་བྱད་པར་ལ་གཉིས་ལས། ཐོག་མར་བསྐབ་བྱ་  
བསྟན་པ་དང་། ཉམས་ལེན་གྱི་རིམ་པ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི་གནས་ཁང་གི་  
འོག་རང་ལ་ཡང་སྤྱུ་གྱིས་བཤམ་ཆེ་བ་དང་། སྤྱིར་རང་དུ་ཡང་ཞོད་པ་ཤམ་ཆེ་བ་  
སྤངས་ཤིང་། སྤྱུ་གྱིས་ཡོད་པ་དོ་བྱང་རན་པ་བར་ཁང་ལྷ་བྱ་ལ་བྱའོ། །བཟའ་  
བདུང་ཡང་མང་ཉུང་ལ་སོགས་རན་པར་བྱའོ། །ཁྲོགས་ངན་སོགས་དག་སྦྱོར་གྱི་  
འགལ་རྒྱུན་ཐམས་ཅད་སྤང་། ཟས་གོས་སོགས་མཐུན་རྒྱུན་ཐམས་ཅད་བྱ་བས་སུ་  
ཚུད་པར་བྱས་ལ། སྤྱི་བ་པ་ལ་གནས་པ་དང་སེམས་ཅན་ལ་འཐེན་འཐགས་  
དང་། གཞན་བྱ་བ་གང་ཡང་སྤྱི་བ་མི་དགོས་པར་དག་སྦྱོར་ཁོན་ལ་གནས་པར་  
ཚུགས་པར་བྱའོ།

གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ལས། ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཛོང་བསྟན་པའོ། །དང་  
པོ་ནི། སྤྱུ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་། ཟབ་མེད་གདམས་པ་བདག་གིས་

ནི། རྒྱལ་ལྷན་བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་པ་པོས། ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་མཉམ་པར་བཞག །  
 ཅེས་བྱ་བ་གསུངས་པ་སྟེ། འདི་ལ་གཉིས་ཏེ། ཞི་གནས་ཀྱི་ངོ་བོ་བསྟན་པ་དང་།  
 རྗེས་ལ་ཉམས་སྒྲུབ་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། སྤྱི་རང་བཞིན་དང་།  
 གསུང་གི་རང་བཞིན་དང་། ཐུགས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལ་བརྟེན་ནས་ཉིང་ངེ་འཛིན་  
 བསྟོམ་པའོ། །དང་པོ་ནི། འདིར་ཉམས་ལེན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟོན་དུ་འགྲོ་བའི་  
 ཆོས་གསུམ་སྟེ། རང་གི་ལུས་ཡི་དམ་གྱི་ལྷ་དུ་སྟོམ་པ་དང་། གནས་གསུམ་  
 གང་རུང་དུ་སྟོམ་སྟོམ་པ་དང་། བུམས་སྟིང་རྗེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྟོམས་  
 ཏེ། ཉམ་མཁའི་མཐའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རྫོགས་པའི་  
 སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་ལ་ངས་པར་བདག་གིས་བྱའོ། །དེའི་ཆེད་དུ་བདག་གིས་ལམ་  
 ཟུང་མེད་པ་དམས་པ་འདི་ལྷ་བྱ་ཉམས་སུ་ལེན་པར་བྱའོ། །བསམ་པའི་བྱང་ཆུབ་  
 ཀྱི་སེམས་བསྟོམ་པར་བྱའོ།

སྤྱི་རང་བཞིན་ལ་གསུམ། རིགས་སྤྱི་རང་བཞིན་དང་། རིགས་  
 གསུམ་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་། རིགས་གཅིག་གི་རང་བཞིན་ལ་བརྟེན་ནས་བསྟོམ་  
 པའོ། །དང་པོ་རང་ཉིད་འཇམ་དཔལ་སྤྱོད་པ་དཀར་པོ། དེའི་སྤྱི་བོར་སྟོམ་པའི་  
 བདག་ཉིད་ནམ་པར་སྤང་མཛད་དཀར་པོ། དེའི་ཐུགས་ཀར་སྟོམ་པའི་གདན་ལ་ཨོ་  
 དཀར་པོ། རང་གི་སྟོན་མཆོམས་ཀྱི་ཐད་ཀར་ནམ་མཁའ་སྟོམ་པའི་གདན་ལ་མི་  
 བསྟོད་པ་སྟོན་པོ་མཐོག་པར་བའོ། །ཆོན་གང་ཅམ་བསྟོམས་ཏེ། གསུམ་གའང་  
 ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་མཉམ་གཞག་གི་ཕྱག་རྒྱ་མཛད་པའི་མཐེབ་སྟོན་གྱི་བར་



དུ་མེད་ཏོག་ལྷན་ལ་འཛིན་ཅིང་སྟོན་གྱི་ཐད་ཀར་ཁ་བྱེ་བའི་སྟེང་དུ་དོ་མེད་དང་བྱི་ལ་བྱ་  
 ཡོད་པ། ཞབས་དོ་མེད་སྤྱི་ལ་དྲུང་གིས་བཞུགས་པ། དར་དང་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་  
 རྣམས་གྱིས་སྤྲུལ་པ། ཞི་བ། འཛུམ་པ། སྤྱི་མདངས་གཟི་བཞིན་དང་ལྷན་པ།  
 སྤྲུང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་མེ་ལོང་ནང་གི་གཟུགས་བརྟན་ལྷ་བྱ་ཞིག་སྟོམ་པ་  
 དང་། རང་གི་སྤྱ་ཅེའི་ཐད་གྱིས་གཞི་ལ་ཐིག་ལེ་དཀར་པོ་སྟན་དོག་ཅམ་དེ་བས་  
 རྩུང་ཟད་ཆེ་ཡང་དྲུང་ལ་བྱིས་བའམ་སྟོམ་བར་བྱས་ཏེ། ཀླང་པ་གཉིས་དོ་མེད་  
 སྤྱི་ལ་ཀྱང་དང་ལག་པ་གཉིས་མཉམ་གཞག་བྱས། སྤྱི་ལ་ཆེགས་དྲུང་པོར་  
 བསྐྱར། མིག་སྤྱ་ཅེར་གཏད། མགྱིན་པ་རྩུང་ཟད་བཀུག་ལྷའི་ཅེ་མོ་རྟན་ལ་སྤྱར།  
 དཔུང་པ་དྲུང་པོར་བསྐྱངས་ནས་ལུས་ལ་སྤྱར། སེམས་འདས་མ་འོངས་ད་ལྟར་  
 བ་དུས་གསུམ་གྱི་བྱ་བ་ལ་ལེགས་ཉེས་གང་གི་ཡང་རྟོག་པ་མེད་པར་མདུན་གྱི་ཡི་  
 དམ་གྱི་སྟོན་མཆོམས་སམ་བྱགས་ཀ་གང་དྲུང་དང་། ལྷ་མའི་བྱགས་ཀའི་ཨོ་  
 དང་། སྤྱ་ཅེའི་ཐད་གྱི་ཐིག་ལེ་ལ། དམིགས་པ་རེ་མོས་སུ་སྟོ་ལེན་བྱས་ལ་མཉམ་  
 པར་བཞག་གོ། །དེ་ཡང་རྟུང་པ་ན་བ་མིག་ཆ་བ་མཆི་མ་འབབ་པ་སོགས་གང་  
 གྱུང་ཡང་ལུས་གནད་མི་མཆིག། །རེག་པ་ལ་སོགས་མི་བྱ་བར་དེ་ཀར་བཞག་  
 པས་ཐན་ཡོང་། དམིགས་རྟེན་གཅིག་ཁོན་ལ་དམིགས་པ་ཡུན་རིང་བར་གཏད་  
 རས་གནས་ཀྱང་རྟོགས་པ་ཆོད་པ་དཀའ་བས། དམིགས་རྟེན་གཅིག་ལ་ཡུན་རིང་  
 ཡང་མ་ཁི་བརྒྱ་ཅུ་བབྱང་བའི་ཆོད་ལས་ལྷག་པར་གནས་པར་མི་བྱ། ཡུན་ཉ་ཅང་  
 བྱང་བ་ཡང་མི་བྱ་སྟེ། མ་ཁི་བདུན་ཅམ་བཅུ་ཅམ་བབྱང་བའི་ཆོད་ཅམ་མཉམ་པར་

བཞག་གོ། །དེ་ནས་གཞན་རྣམས་སྤར་དང་བྱད་མེད་པ་ལ། མདུན་གྱི་ཡི་དམ་  
སྤོན་པོ་དེའི་ཆབ་རྒྱུ་ཡི་དམ་སེར་པོ་དང་དམར་པོ་དང་། ལྷང་བྱད་དང་། དཀར་པོ་  
རྣམས་རེ་རེ་བཞིན་ལ་དམིགས་པ་རེ་རེ་སྟེ། དམིགས་སྒྲོར་ལྷ་བྱའོ། །དེ་ཡང་  
དམིགས་རྟེན་དེ་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་གཟུང་འཛིན་གྱི་རྟོག་པ་རྣམས་འགགས་  
ནས་སེམས་རྟོག་མེད་གྱི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་གནས་འདོད་བ་ཡིན་པས། དམིགས་  
རྟེན་ལ་རྟོག་པ་མཐོའ་བ་དང་། གཞན་གཟུང་འཛིན་གྱི་རྟོག་པ་གང་སྐྱེས་ཀྱང་འགྲོ་  
བད་དེ་བཅད་ནས། སེམས་རྟོག་མེད་གྱི་ངང་ལ་མ་ཡེངས་བར་གནས་བར་བྱའོ།

གཉིས་པ་རིགས་གསུམ་གྱི་རང་བཞིན་ལ་བརྟེན་པ་ནི། གཞན་རྣམས་  
གོང་དང་འབྲེལ་པ་ལ། ཡང་ཡི་དམ་དཀར་པོ་དང་། དམར་པོ་དང་། སྤོན་པོ་དང་།  
གསུམ་ལ་རིམ་བཤུ་བཞིན་དམིགས་པ་སྒྲོར་རེ་བྱས་ནས་མདུན་དུ་བསྒྲོམ་བའོ། །  
འདི་རྣམས་ལ་དམིགས་སྒྲོར་རེ་རེ་ལ་ཡུན་རི་ལྟར་བྱང་ཡང་ཞག་ལྷ་ལྷ་ལས་བྱང་  
བ་མི་བྱའོ།

གསུམ་པ་རིགས་གཅིག་ལ་བརྟེན་ནས་ཉིང་ངེ་འཛིན་སྒྲོམ་པ་ནི། རྩེ་རྩེ་  
སེམས་དབའ་འཕ་རྩེ་རྩེ་འཆང་གང་རུང་ཞིག་མདུན་དུ་སྒྲོམ་པ་སྟེ་གཞན་རྣམས་  
གོང་དང་འབྲེལ། །དེ་ལྟར་སྒྲུབ་རིང་བཞིན་ལ་བརྟེན་པ་ལ་དམིགས་པ་དགའོ། །  
དེ་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་ཉིང་ངེ་འཛིན་སྒྲོམ་པའི་དུས་སུ། ཉ་ཅང་འགྲོ་བ་ཤས་ཆེ་  
ནས་སེམས་མི་གནས་ན། རང་གི་སྤྱི་བོའི་སྒྲ་མ་དེ་སྟོང་གར་སྒྲོམ། མདུན་གྱི་ཡི་  
དམ་དེའི་སྟོང་གའི་ཐད་ཅམ་ལ་བསྒྲོམས་ནས་སྤར་བཞིན་སེམས་འཛིན་ནོ། །

བསྐྱོམ་ལུགས་ཏེ་ཅང་ཡང་ལུས་སེམས་བཅུར་དུགས་ན་སྤྱིང་རྒྱུང་ལ་སོགས་  
གོགས་འབྱུང་ཞིང་། སེམས་གནས་སུ་མི་འདོད་པས། ལུས་ཀྱི་ལུས་གནད་མ་  
འབྱུགས་ཅམ་བྱས་ལ་སྒྲོད་ལ་བཞག །སེམས་ཀྱི་དམིགས་རྟེན་ལ་བརྟེན་ནས།  
རྟོག་པའི་འཕྲོ་འདུ་གང་བྱུང་གི་འཕྲོ་བྱེད་དེ་བཅད་ནས། སྒྲོད་ངེས་པའི་ངང་ནས་  
རྟོག་མེད་ཀྱི་ངང་ལ་སྐྱད་ཅིག་ཅམ་ཡང་གཡོ་བ་མེད་པར་མ་ཡངས་པར་མཉམ་  
པར་བཞག་གོ །ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱིས་བྱ་སྒྲུབ་ཐམས་ཅད་ངེས་གཅིག་ལ་  
སྤངས་ཏེ། གང་ལ་ཡང་རྟོག་དཔྱད་རེ་དོགས་མི་བྱ། གལ་ཏེ་ལུས་ངག་གི་དགོ་  
སྒྲུབ་གལ་ཆེན་ཡོད་ན། ཉི་མའི་གུང་དང་བཟའ་བཏུང་ཆར་མ་ཁད་ལ་བྱ་ཞིང་།  
དེ་ལྟར་མེད་ན་དེའི་དུས་སུ་སྐྱབས་སུ་འགོ་བ་དང་། འཆི་བ་མི་རྟག་བ་དང་།  
བྱམས་སྤྱིང་རྗེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཆ་རེ་ཅམ་བསྐྱོམ་པར་བྱའོ། །དེ་མ་ཡིན་པ་  
ནམས་ལ་སྐྱོམ་ཁོ་ན་བྱས་ལ་མཆོན་མོ་ཡང་སྒྲོད་ཐོ་རངས་གཉིས་ལ་རིག་པ་  
གསལ་བས་སྐྱོམ་ཞིང་། ནམ་གུང་ལ་ནམ་པར་གཞན་གྱིས་ཉལ་ཏེ་གཉིད་བཅག་  
པར་མི་བྱའོ།

གཉིས་པ་གསུང་གི་རང་བཞིན་ལ་བརྟེན་ནས་ཉིང་ངེ་འཛིན་བསྐྱོམ་པ་  
ནི། རང་ཡི་དམ་དམར་པོ་སྒྲ་མ་འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་དམར་པོ་  
མགྱིན་པར་བསྐྱོམ། ས་གཞིའི་ཐིག་ལེ་དེ་དམར་པོར་གྱུར། མདུན་གྱི་ཡི་དམ་གྱི་  
ཆབ་རྒྱུ་ཡིག་འབྲུ་བསམ་བ་དང་། སྒྲ་མའི་སྐགས་ཀར་ཨོྲཱི་ཆབ་རྒྱུ་ཨུཿདམར་  
པོ་ཞིག་བསམ་བ་དང་། གཞན་ཐམས་ཅད་གོང་དང་འདྲ། དེ་ལ་ཡང་མདུན་གྱི་

ནམ་མཁའ་ལ་རྒྱ་བའི་གདན་ལ་ཨོྭ་ཨུཾ་ཧཱུྃ་གསུམ་ལ་དམིགས་སྒྲོར་གསུམ་  
 དང་། ཨ་ཨྱ། ཨི་ཨྱ། ཨུ་ཨྱ། རི་ཨྱ། ལི་ཨྱ། ཨེ་ཨྱ། ཨོ་ཨྱ། ཨུྱ་ཨུྱ་  
 ཞེས་བའི་སྡེ་ཚན་བརྒྱད་ལ་དམིགས་སྒྲོར་བརྒྱད་དང་། ཀ་ཁ་ག་གླ་ང་། ཅ་ཆ་ཇ་  
 ཉ་ཉ། ཏ་ཐ་ད་ཏྭ་ན། ཌ་ཡ་ཎ་ཏྭ་ཐ། བ་མ་བ་མྱ་མ། ཡ་ར་ལ་ལྷ། ས་ཤ་ས་ཉ་ལྷ།  
 ཡ་ར་ལ་ལྷ་ཎ་ཎ། ཞེས་བའི་སྡེ་ཚན་བརྒྱད་ལ་དམིགས་སྒྲོར་བརྒྱད་དེ། དམིགས་  
 སྒྲོར་བརྒྱད་གྲུའོ། བིན་ཏུ་བསྟན་ཡིག་འབྲུག་སུམ་དམིགས་སྒྲོར་གཅིག །ཨྱ་ལི་  
 དང་ཀྲ་ལི་གཉིས་དམིགས་སྒྲོར་རེ་རེ་སྡེ་དམིགས་སྒྲོར་གསུམ་མོ། །དེ་ལྟར་  
 དམིགས་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་མདུན་གྱི་ཡི་གེ་རྣམས་རིམ་བཞིན་དུ་མི་གཅིག་  
 བ་བསྒྲོམས་ནས་སྒོ་ལེན་བྱས་ནས་སྒྲ་མའི་ཐུགས་ཀའི་ཨ་དང་ཡི་གེ་རྣམས་སྒར་  
 བཞིན་གནས་བ་ལ་སྒོ་ལེན་བྱས་ནས། བསྒྲོམས་བས་བདེ་ཉམས་དང་། སྒྲོར་  
 ཉམས་དང་། གསལ་ཉམས་དང་། མཐོང་སྒྲུང་དང་། ཐོས་སྒྲུང་དང་། ཉམས་  
 གྱི་རྣམ་པ་གང་བྱུང་ཡང་། དགག་སྒྱུབ་དང་། མི་དགའ་བའི་སྒོ་དང་། དགའ་སྒོ་  
 གང་ཡང་མི་བྱེད་པར་ཉིང་རེ་འཛིན་རང་སོར་བསྒྱུང་བར་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ།  
 རྩུབ་ཉམས་ལ། དངོས་སམ་མི་ལམ་མམ་ཉམས་སྒྲུང་ལ་གཅན་གཟན་མ་རུངས་  
 བ་རྣམས་དང་། མི་མ་ཡིན་གདུག་པ་ཅན་ཡོངས་ནས་ཡིད་དུ་མི་འོང་བའི་བྱ་བ་  
 གང་ཡང་བྱེད་པའི་རྣམ་པ་འཆར་ཡང་། ཉམས་ཡིན་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་སངས་  
 རྒྱུས་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་དཔག་མེད་བྱོན་ནས་ཆོས་སྟོན་པ་དང་། ལུང་སྟོན་  
 ལ་སོགས་གང་བྱུང་ཡང་ཉམས་ཡིན། ལྷའི་བྱ་དང་བྱ་མོ་ལ་སོགས་པས་མཆོད་

བ་འབྲུལ་བ་སོགས་གང་བྱུང་ཡང་ཉམས་ཡིན་པས་དགག་སྒྲིབ་མེད་པར་ཉིང་དེ་  
 འཛིན་བསྐྱུང་བར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་ཉམས་མ་ཡིན་པའི་རྟགས་དང་མཚན་མ་འདུག་  
 ན། རྣམ་པ་གསུམ་རིགས་དབྱེད་ཀྱི་བསྟན་ནས་ཐག་བཅད་དེ་ཡི་དམ་ཡིན་ན་  
 དངོས་བྱུང་ཞུ། ཉམས་ཡིན་ན་རང་སོར་བསྐྱུང་། མི་མ་ཡིན་ལ་སོགས་པ་ཡིན་  
 ན། བརྟགས་ནས་བསྒྲིབ་པའི་གྲོགས་སུ་འབྱུང་བའི་རིགས་རྣམས་བསྟན་  
 ཏེ། བར་ཆད་བྱེད་པའི་རིགས་རྣམས་བསྐྱུང་བའི་ཐབས་བྱའོ། །མཐོང་སྒྲུང་ལ་  
 མཐོང་སྒྲུང་དཔག་མེད་བྱུང་ན། མཐོང་སྒྲུང་དང་སོགས་བྱུང་བ་དེ་ལ་དམིགས་  
 རྟེན་བྱས་ནས། གཞན་གང་དུའང་སློ་མི་འཇུག་པར་དེ་ཀ་ལ་མཉམ་པར་བཞག །  
 དེ་ནས་མཐོང་སྒྲུང་དེ་ཡལ་ནས་སོང་ན་དེ་ནས་གང་བྱུང་བ་དེ་ལ་ཡང་མཉམ་པར་  
 བཞག །དེ་ནས་ཡལ་སོང་ན་ཡང་གསར་དུ་བྱུང་བ་ལ་དམིགས་རྟེན་བྱས་ཏེ། དེ་  
 བཞིན་དུ་ཇི་སྟེན་མཐོང་སྒྲུང་ཡོད་པ་དེ་སྟེན་དུ། སྒར་བཞིན་བསྐྱུང་བར་བྱའོ། །  
 ལུས་གནད་ལྷ་སྒྲུངས་གང་ལ་ཡང་བཤད་དེ་བསྐྱེད་པར་མི་བྱའོ། །སེམས་ཉ་ཅང་  
 སྒྲིམ་དག་པ་མ་ཡིན་པར་ལུས་སེམས་ཐམས་ཅད་སློད་པའི་རང་ནས་ལུས་ཀྱི་  
 ལུས་གནད་དང་། ལྷ་སྒྲུངས་མ་འབྲུགས་པ་དང་། སེམས་ཡོངས་མེད་ཀྱི་དྭན་  
 འཛིན་མ་ཕོར་བ་འདི་གནད་དུ་ཆེའོ། །ལུས་པོ་རྣམས་ན་ན་ཉི་མའི་གུང་དང་ཟས་  
 མ་ཟོས་པའི་སྟོ་སྟོང་ལ་སྐབས་སུ་གང་ལ་གང་པན་གྱི་འབྲུལ་འཁོར་རྣམས་  
 བྱའོ། །གཞན་གང་བ་དང་ཆད་པ་སོགས་ཀྱི་ནད་ཀྱང་སྟོན་པས་དེའི་རིགས་  
 ལ་ནི་སྟན་དབྱེད་བྱའོ། །

གསུམ་པ་ཐུགས་ཀྱི་རང་བཞིན་ལ་བརྟེན་ནས་ཉིང་ངེ་འཛིན་སྒྲོམ་པ་ལ་  
 རང་ཡི་དམ་སྒྲོན་པོ་དེའི་ཐུགས་ཀར་སྒྲུབ་མི་བསྐྱོད་པའི་རང་བཞིན་ཅན་སྒྲོན་པོ།  
 དེའི་ཐུགས་ཀར་རྒྱ་བའི་གདན་ལ་རྩྭ་སྒྲོན་པོ་སྤྲུལ་ཅེའི་ཐང་གི་ས་གཞི་ལ་ཐིག་ལེ་སྒྲོན་  
 པོ། དེ་དག་ཐམས་ཅད་བཞུགས་ཚུལ་རྒྱན་ཐུག་མཆན་ལ་སོགས་སྤར་བཞིན་  
 རོ། སྒྲོན་མཆན་གྱི་ཡི་དམ་གྱི་ཆབ་ཏུ་རྒྱ་བའི་གདན་གྱི་སྟེང་དུ་དོ་ཇེ་སྒྲོན་པོ་ཅེ་  
 མོ་དགུ་བ། གསལ་ལ་དྲངས་པ་སྤངས་ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་ཞིག་བསྒྲོམ། སྒྲུ་མའི་  
 ཐུགས་ཀའི་རྩྭ་དང་། ས་གཞིའི་ཐིག་ལེ་དང་། དོ་ཇེ་དང་གསུམ་སྤར་བཞིན་  
 དམིགས་པ་བརྟེན་ནས་མཉམ་པར་བཞག་གོ །ཡངས་པ་འགོ་བ་སྤྲུབ་ཅོང་ལ་  
 སོགས་སྒྱུད་ལམ་གང་ཡང་ཐབས་མཁས་ཀྱི་དལ་བྱས་བྱ་སྟེ། ཡངས་མེད་ཀྱི་དྲན་  
 འཛིན་དང་མ་བྲལ་བ་ནི། འིན་རྟ་གལ་ཆེའོ། །ཉལ་བའི་དུས་སུ་སྒྲུ་མའི་ཐུགས་  
 ཀར་དམིགས་པ་གཏད་ནས་མི་ཡངས་བར་ཉལ་ལོ། །འདིའི་དམིགས་སྒྲོར་སོང་  
 ནས་མདུན་གྱི་དོ་ཇེའི་ཆབ་ཏུ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། བསྒྲུ་དང་། རལ་གྱི་དང་། འཁོར་  
 ལོ་ལ་དམིགས་རྟེན་བྱ་སྟེ། སྤར་བཞིན་ནོ། །དཔེ་དམིགས་པ་རིགས་ལྟེན་ཐུག་  
 མཆན་ལ་བརྟེན་པའི་དམིགས་པ་ལྟ་བུས་ལ། དཔེ་ད་དུང་ཞི་གནས་ཀྱི་གནས་ཆ་  
 བརྟན་ངེས་པ་མ་བྱུང་ན། ཡུམ་ལྟེན་ཐུག་མཆན་དང་། སྒྲོ་བ་བཞིའི་ཐུག་མཆན་  
 དང་། འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་ཐུག་མཆན་སུམ་རུ་སོག་ཉིས་པོ་རྣམས་ལ་རིམ་བཤམ་བཞིན་  
 དུ་དམིགས་རྟེན་བྱས་ནས་སྒྲོམ་ལོ། །དེ་རྣམས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཐུགས་པ་འཁམ་ཆེན་  
 སྒྲུ་མ་ཡང་སྤྱི་བོར་སྒྲོམ། མདུན་གྱི་ཐུག་མཆན་དང་ཐིག་ལེ་ཡང་། སྤར་བས་

མཐོང་བར་བསམས་ཏེ། སྤར་བཞིན་བསྐྱོམ། ཏ་ཅང་རིག་པ་དྲངས་ནས་རྒྱང་  
 སྟོད་དུ་རྒྱས་ཏེ་ཚངས་བྱག་སྤངས་པ་དང་། ཟ་བ་དང་མགོ་བོན་བ་བྱང་ན་མགོ་བོ་  
 སྐར་གས་ཀྱིས་བསྐྱམས། འབྲུ་ཅེ་ལ་སོགས་རིན་པོ་ཆའི་སྟོད་ཆེ་བ་ཞིག་གིས་  
 མགོ་བོའི་སྟེང་དུ་འགོ་བས། ཚངས་བྱག་དེ་གསེར་གྱི་རྩྭ་བྱམ་ཞིག་གིས་  
 བཅད་པར་བསམས། ཀྱང་པ་གཉིས་ཕྱིར་བརྒྱངས་ཏེ། ལག་པ་རྒྱང་པའི་རྒྱུད་ལ་  
 ཕྱིར་བརྒྱངས་ཏེ། ཀྱང་མཐོལ་གཉིས་ལ་ཡི་གེ་ཨ་དཀར་པོ་རེ་རེ་བསམས་ལ་  
 དམིགས་པ་གཏད། དེས་མ་ཐན་ན་དབང་ཆེན་གསེར་གྱི་ས་གཞིའི་སྟེང་དུ་བཞུ་  
 དཀར་པོ་འདབ་མ་སྟོང་དང་ལྷན་པ་ཞིག་གི་སྟེང་དུ་རང་གི་སེམས་ཉིད་རྩྭ་སྟོན་པ་  
 གཅིག་ཏུ་གྱུར་པ་དེ་བཤང་ལམ་ནས་འཕྲོན་ནས་དལ་བུས་གནས་པར་གྱུར་པར་  
 བསམ་མོ། །དེ་ནས་རང་གི་ཐུགས་ཀནས་རྩྭ་དེ་ལྷ་བྱ་རིས་བཞིན་བཤང་ལམ་ནས་  
 སྤར་གྱི་རྩྭ་དེ་ལ་ཐིམ་པར་བསམ་མོ། །དེ་བཞིན་མ་ཐན་བར་དུ་བྱུང་། །ཡང་ན་  
 རང་ཡི་དམ་དུ་བསམས་ལ་ལངས་ཏེ་ལག་པ་རྩྭ་འཕྲུལ་བྱས་ལ། སྟོང་གར་  
 བསྐྱོལ་ནས་རྒྱང་པའི་རྩྭ་པ་གཉིས་མཉམ་པོར་འཕྲོངས་ལ་ཐོག་པར་བྱས་ལ་  
 རྒྱང་རྒྱང་ནས་འཕག་པར་བྱུང་། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་བྱེད་པ་མི་ཡོང་ན། མགོ་ལག་  
 གིས་གཡོགས་ནས་རྒྱང་པའི་རྩྭ་པ་མཉམ་དུ་འཕམ་སོ་སེར་འཇམ་པོས་ཤེད་ལྷུང་  
 བྱས། བརྒྱད་པར་བྱུང་། །གཞན་ཡང་ནད་ལྷུང་ནས་དབང་བྱག་ཆོས་གང་ལ་གང་  
 དགོས་སྐབས་དང་བསྐྱུན་ནས་ཤེས་པར་བྱུང་།

གཉིས་པ་ཉམས་སྤང་རྩྭ་པ་ནི། ལུས་འདར་བ་དང་། བདེ་བ་ལུས་

ལ་བརྟེན་ནས་ཉམས་གང་བྱུང་ཡང་ལུས་ཉམས་ཡིན་ཞིང་། དག་གིས་སྤྱི་ཏའི་  
 སྐད་འདོན་བ་དང་། ཚིགས་སུ་བཅད་བ་སོགས་རང་དབང་མེད་པར་འདོན་བ་ནི་  
 དག་ཉམས་ཡིན་ཞིང་། ཡིད་ལ་བདེ་གསལ་མི་རྟོག་བ་གསུམ་གྱི་ཏིང་ངེ་འཛིན་སྐྱེ་  
 བ་སྟེ། དེ་ནི་ཇི་ལྟར་བཟང་ཡང་། ཇི་སྲིད་ལྷག་མཐོང་མ་སྐྱེས་པར་དུ་ཉམས་སུ་  
 ཤེས་པར་བྱལོ། །ས་རྒྱུང་དང་། རྩ་རྒྱུང་དང་། མེ་རྒྱུང་དང་། རྒྱུང་གི་རྒྱུང་དང་།  
 ནམ་མཁའ་རི་རྒྱུང་ནམས་ཟེན་པའི་རྟགས་སུ་ལུས་པོ་སྐྱེ་བ་དང་། བྱང་བ་དང་། རྩོ་  
 བ་དང་། ཡང་བ་དང་། ལུས་མེད་པར་ཉམས་སྒྱིས་སྟོང་པར་འགོ་བ་དང་།  
 མཐོང་སྒྲུང་ལ་དུ་བ་དང་། སྲིན་བུ་མེ་ཁྲེས། སྒྲིག་རྒྱ། ལྷགས་རྒྱ། ཐིག་ལེ་ནམ་  
 མཁའ་གཡའ་དག་ལ། འཇའ་ཚོན། ཉི་མ། སྐར་མ་དང་། ས་གཞི་གསེར་ལ་  
 སོགས་པར་མཐོང་བ་དང་། མེ་ཆུ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྐྱ་གཟུགས།  
 རིགས་དྲུག་གི་གནས་ནམས་དང་། སྟོང་གསུམ་གྱི་བར་གྱི་མཐོང་སྒྲུང་གང་བྱུང་  
 ཡང་རྒྱུང་སེམས་ཟེན་པའི་རྟགས་ཡིན་པས། ཉམས་སུ་ཤེས་པར་བྱལོ། །རྣ་བའི་  
 ལུལ་དུ་བྱུང་བའི་སྐྱ་ལྷ་བུ་དང་། སྤྱི་ཏའི་སྐད་སྟན་དག་གི་ཚིགས་སུ་བཅད་  
 བ། ཡིད་མ་གྱི་སྟོང་པོ་ལེགས་ཉེས་སྟན་ལ། མི་སྟན་བ་གང་བྱུང་ཡང་ཐོས་སྒྲུང་  
 གི་ཉམས་སུ་ཤེས་པར་བྱལོ། །དེ་ལྟར་གྱི་ཉམས་སྒྲུང་ལ་སྒྲུང་དོར་དགག་སྐྱུ་བ་  
 མེད་པར་ཉམས་སུ་སྒྲུངས་པས་ལྷག་མཐོང་གི་ཏིང་ངེ་འཛིན་སྐྱེ་བར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་བ་ལྷག་མཐོང་ཉམས་སུ་ལེན་བ་ལ་གཉིས། གང་ཟག་གི་བདག་  
 མེད་བསྟོམ་བ་དང་། ཚོས་གྱི་བདག་མེད་སྟོམ་པའོ། །དང་པོ་ནི། ལུས་དག་



ཡིད་གསུམ་ཕུང་པོའི་ཚོགས། གང་ཡང་བདག་ཏུ་མ་གྲུབ་ལ། དེ་ལས་གཞན་  
 ཏུ་བདག་མེད་པས། བདག་མེད་དོན་འདི་ཤེས་པར་བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་  
 གྱེ། འདི་ལ་ཡང་གཉིས་སྟེ། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་བདག་མེད་ཏུ་བསྒྲོམ་པ་  
 དང་། ཕུང་པོ་ལྷ་བདག་མེད་ཏུ་བསྒྲོམ་པའོ། གང་པོ་ལ་གསུམ་སྟེ། ལུས་  
 དང་། ངག་དང་། ཡིད་བདག་མེད་ཏུ་བསྒྲོམ་པའོ། གང་པོ་ནི་ལུས་གནད་དང་  
 ལྷ་སྐུངས་རྣམས་སྤར་བཞིན་བཀྲུག་ལ། འདྲ་བས་དེ་བཞིན་ཏུ་གནས་ནས། རང་  
 གི་ལུས་འདི་ལུང་རིགས་ཀྱིས་མ་གྲུབ་པར་ཤེས་པར་བྱས་ལ་སྒྲོམ་པ་སྟེ། དེ་ཡང་  
 མགོ་དང་རྐང་ལག་ལས་གཟུགས་སོགས་དྲུག་བྱང་དང་ནང་ཁྲོལ་རྣམས་དང་།  
 ཤ་དང་། ཁྲག་དང་། རུས་པ་དང་། རྩ་སེར་དང་། ཚིལ་དང་། རྐང་དང་།  
 དབང་པོའི་སྒོ་རྣམས་དང་། རླུང་དང་། ཅ་དང་། རྩོད་དང་། མི་གཙང་བ་  
 རྣམས་དང་། དེ་རྣམས་ནི་རེ་རེ་བཞིན་ཏུ་ནི་གང་ཡང་ལུས་སུ་མ་གྲུབ་པས་དེ་  
 ལས་གཞན་ཏུ་ནམ་ཡང་ལུས་མ་གྲུབ་སྟེ། དེ་ལྟར་ལེགས་པར་དབྱེད་པས་ལུས་  
 གང་ཏུ་ཡང་མ་རྟེན་བ་དང་། དེ་ཀའི་ངང་ལ་གཟུང་འཛིན་གྱི་རྟོག་པའི་འཕྲོ་བྱང་  
 དེ་བཙད་ནས་མཉམ་པར་བཞག་གོ། ཡང་སེམས་འཕྲོན་སྤར་བཞིན་ཏུ་ལུས་གང་  
 ན་མ་གྲུབ་པར་གཏན་ལ་ཐབ་ནས་ཡང་ལུས་མ་རྟེན་བ་དང་། དེ་ཀའི་ངང་ལ་  
 མཉམ་པར་བཞག་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་ཉིན་རེ་བཞིན་ཡང་ཡང་བསྒྲོམས་པས་ལུས་མ་  
 གྲུབ་པར་ཐག་ཚོད་བ་དང་། ཡང་ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་རྣམས་སོ་སོར་བྱེད་ནས། མ་  
 གྲུབ་པར་བསྒྲོམས་ཏེ། དེ་ཡང་མགོ་པོ་ནི་མིག་དང་། རྩ་བ་དང་། སྤྱ་དང་། ལྷུ་

དང་། ཁ་དང་། སོ་དང་། མཆུ་དང་། སྐྱ་དང་། སྐད་པ་དང་། ཤ་དང་། ཁྲག་  
 དང་། རུས་པ་དང་། རྩ་སེར་དང་། མཆིལ་མ་དང་། སྒྲ་བས་དང་། ཁ་རྩ་  
 དང་། ཡ་ཐོད་དང་། མ་ཐོད་དང་། བ་སྐྱའི་ཚོགས་རྣམས་རེ་རེ་བཞིན་མགོ་མ་  
 ཡིན་པས། དེ་ལྟར་ལེགས་པར་དབྱེད་ནས་མགོ་གང་དུ་མ་རྩེད་པ་དང་། དེ་ཀའི་  
 ངང་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པ་སྟེ། སྒྲར་བཞིན་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་པར་  
 བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྒྲ་མ་གྲུབ་སྟེ། དེའི་ཕྱོགས་བརྩ་གང་ཡང་སྒྲར་མ་གྲུབ་པ་  
 ཡིན་ཞིང་། དེའི་ཕྱོགས་དུལ་ཕྱན་གྱི་ཆ་ནས་རེ་རེ་བཞིན་དུ་ཕྱེན་ས་དེ་དག་གང་དུ་  
 ཡང་མ་གྲུབ་པ་སྟེ། དེ་བཞིན་ནི་ཐམས་ཅད་ལ་ཤེས་པར་བྱའོ། །ངག་གི་ངོ་བོ་  
 ཡང་མ་གྲུབ་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ནི། འདས་པའི་ངག་ནི་འགགས། མ་འོངས་པའི་ངག་ནི་མ་  
 སྐྱེས་ད་ལྟའི་ངག་ནི་འདི་ཡིན་དུ་གྲུབ་པ་མེད་པར་ཤེས་པར་བྱས་ལ་ངག་གང་དུ་  
 ཡང་མ་རྩེད་པ་དང་། དེ་ཀའི་ངང་ལ་མཉམ་པར་བཞག་གོ། །

གསུམ་པ་ནི། ཡིད་ནི་རང་གི་སྤྱི་བོའི་གཙུག་ནས་རྒྱང་པའི་མཐིལ་གྱི་  
 བར་དུ་གནས་པ་མེད་ཅིང་དེ་ལས་གཞན་དུ་མེད་ལ། དེ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་ཡང་  
 མེད་ཅིང་། དེ་ལྟར་ན་ཡིད་གང་དུ་འང་མ་རྩེད་པ་དང་། དེ་ཀའི་ངང་ལ་མཉམ་  
 པར་བཞག་གོ། །གསུམ་པ་ནི་དེ་ལྟར་ལུས་དང་ངག་ཡིད་གསུམ་གང་དུ་ཡང་མ་  
 གྲུབ་པས་དེ་གསུམ་ནི། བདག་མེད་མ་ཡིན་དེ་ལས་གཞན་དུ་གྱུར་པ་དང་། དེ་  
 གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་ཡང་བདག་མ་གྲུབ་པས་བདག་མ་རྩེད་པ་དེ་ཀའི་ངང་ལ་མཉམ་

པར་བཞག་གོ།

གཉིས་པ་ཕྱང་པོ་ལྷ་བདག་མེད་དུ་སྒྲོམ་པ་ནི། དང་པོ་གཟུགས་སྤྱང་ནི་  
 དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་དང་། རེག་བྱ་དང་། སྤི་རོ་གང་ཡང་རེ་རེ་བཞིན་དབྱུང་ན་  
 གཟུགས་མ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་ཕྱོགས་མཆམས་དང་། རུལ་ཕྱན་གྱི་ཆ་ནས་རེ་རེ་  
 བཞིན་དབྱུང་ན་གཟུགས་ཀྱི་ངོ་བོར་མ་གྱུབ་སྟེ། དེ་ཀའི་ངང་ལ་མཉམ་པར་བཞག་  
 གོ། །གཉིས་པ་ཚོར་བའི་ཕྱང་པོ་ནི། བདེ་སྤྱད་བཏང་སྒྲོམས་གསུམ་ཉམས་སུ་  
 མྱོང་བར་བྱེད་པའི་ཚོར་བ་དེ་ཡིན་ཏེ། ལུས་ཀྱི་སྤྱི་ནང་བར་གསུམ་གང་དུ་གནས་  
 དབྱུང་པས། ཚོར་བའི་ངོ་བོར་མ་གྱུབ་པས་དེ་ཀའི་ངང་ལ་མཉམ་པར་བཞག་  
 གོ། །གསུམ་པ་འདུ་ཤེས་ཀྱི་ཕྱང་པོར་མ་གྱུབ་པ་སྒྲོམ་པ་ནི། ལུལ་སོ་སོར་འདུ་  
 ཤེས་པའི་འདུ་ཤེས་དེ་ཡང་ཚོར་བ་ལྟར་མཉམ་པར་བཞག་པར་བྱའོ། །བཞི་པ་  
 འདུ་བྱེད་ཀྱི་ཕྱང་པོ་མ་གྱུབ་པར་སྒྲོམ་པ་ནི། ཆགས་སྤྱང་དགག་སྤྱབ་སྤྱོད་གསུམ་གྱི་  
 རང་བཞིན་དུ་གྱུར་པའི་འདུ་བྱེད་ཡང་ཚོར་བ་ལྟར་ཤེས་པར་བྱས་ལ་མཉམ་པར་  
 བཞག་གོ། །ལྷ་བ་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ངོ་བོ་མ་གྱུབ་པར་སྒྲོམ་པ་ནི། གཟུགས་ལ་  
 སོགས་པའི་ལུལ་རྣམས་སོ་སོར་བཟུང་བར་བྱེད་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཚོགས་  
 རྣམས། ལུས་ཀྱི་མགོ་མཐུག་སྤྱི་ནང་བར་གསུམ་གང་དུ་འང་མི་གནས། ལུས་ཀྱི་  
 སྤྱི་ཕྱོགས་མཆམས་སྟེང་འོག་གང་དུ་ཡང་མི་གནས་པར། དེ་རྣམས་ལས་  
 གཞན་དུ་ཡང་མི་གནས་པས། མ་རྗེད་བ་དེའི་ངང་ལ་མཉམ་པར་བཞག་གོ། །དེ་  
 ལྟར་ན་སྤྱང་པོ་ལྷ་པོ་ཡང་རེ་རེ་བཞིན་དབྱུང་ན་གང་ལ་འང་མ་གྱུབ་པས་སྤྱང་པོ་ལྷ་

བདག་མ་ཡིན་ནོ། །བདག་ཀྱང་ཕྱང་པོ་ལྷ་མ་ཡིན་ཏེ། ཕྱང་པོ་ལྷ་ལས་གཞན་དུ་ནི་  
བདག་མ་གྲུབ་ཅིང་། ཕྱང་པོ་ལྷ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད། བདག་གང་  
དུ་ཡང་མ་དམིགས་པ་དེ་ཀའི་རང་ལ་མཉམ་པར་བཞག་ནས། བདག་རང་བཞིན་  
གྱིས་མ་གྲུབ་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ན་བདག་རྟེན་འབྲེལ་དུ་  
ཐག་ཆོད་པའི་ངེས་ཤེས་རྣམ་དག་མ་སྐྱེས་བར་དུ་ཡང་དམིགས་པ་རྣམས་བསྐྱར་  
ནས་བསྒྲོམ་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་སྒྲོམ་པ་ནི། ཕྱང་པོ་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་  
དང་། །འབྱུང་བ་འབྱུང་འབྱུར་དག་མི་དག་ །སྤང་སྟོང་འཁོར་འདས་ཆོས་  
རྣམས་ཀྱན། །རྟེན་འབྲེལ་གང་ཡང་གྲུབ་པ་མེད། །ཅེས་གསུངས་པས་འདི་ལ་  
གཉིས། མ་དག་པ་འཁོར་བའི་ཆོས་རྣམས་ལ་བདག་མེད་པར་བསྒྲོམ་པ་དང་།  
དག་པ་ལྷ་ངན་ལས་འདས་པའི་ཆོས་རྣམས་ལ་བདག་མེད་པར་བསྒྲོམ་པའོ། །  
དང་པོ་ལ་གཉིས། ཡུལ་རང་བཞིན་མེད་པར་བསྒྲོམ་པ་དང་། ཡུལ་ཅན་རང་  
བཞིན་མེད་པར་བསྒྲོམ་པའོ། །དང་པོ་ནི་འབྱུང་བ་ལྷ། འབྱུང་འབྱུར་ལྷ། ཕྱང་  
པོ། ཁམས། སྐྱེ་མཆེད་ལ་སོགས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པར་སྒྲོམ་པ་  
ལ། དང་པོ་འབྱུང་བ་ལྷའི་ས་རང་བཞིན་མེད་པར་སྒྲོམ་པ་ནི། ས་ལས་གྲུབ་པའི་  
དངོས་པོ་གང་རུང་ཞིག་ལ་དམིགས་ཏེ། དེའི་དབྱིབས་དང་། ཁ་དོག་དང་།  
རིག་བྱ་སོགས་རེ་རེ་ནས་དབྱུད་པས་སར་གྲུབ་པ་མེད་ཅིང་། སྤྱོགས་ཆ་དང་རྩལ་  
ཕྱན་གྱི་ཆ་ནས་དབྱུད་པས་ཀྱང་ས་རུ་གྲུབ་པ་མེད་དེ། ས་རང་བཞིན་མེད་པའི་

ངང་ནས་མཉམ་པར་བཞག་གོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཆུ་ལ་འང་ཤེས་པར་བྱའོ། །མེ་ནི་  
 གཞུབ་ཤིང་དང་གཞུབ་སྟན་དང་། སྤྱིས་བུའི་ལག་པའི་རྩྭ་ལ་བ་རྣམས་ལ་བརྟེན་  
 ནས་འབྱུང་བ་ནི་རེ་རེ་བཞིན་དབྱུང་ན། དེ་གང་ལས་ཀྱང་མ་བྱུང་སྟེ། དབྱིབས་ཁ་  
 དོག་རིག་བྱ་སོགས་རེ་རེ་བཞིན་དབྱུང་ནས་མེ་མ་ཡིན་ཏེ། སྤར་བཞིན་མཉམ་པར་  
 བཞག་གོ། །རླུང་ལ་དམིགས་ཏེ་ཕྱོགས་མཚམས་སྟེང་འོག་གང་ནས་ཀྱང་མ་  
 བྱུང་། དབྱིབས་བཞིན་རེ་རེ་བཞིན་དབྱུང་ནས་མ་གྲུབ་སྟེ་སྤར་བཞིན། ནམ་  
 མཁའ་ནི་དང་སོ་ཕྱོགས་མཚམས་སོགས་གང་ནས་ཀྱང་མ་བྱུང་། སྤར་དེ་དག་  
 གང་དུ་ཡང་མི་འགོ། །དེ་ལྷ་དེ་སོ་གང་དུ་ཡང་གྲུབ་པ་མེད་པས་འབྱུང་བ་ལྟ་རང་  
 བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་དེ་ལྷར་མཉམ་པར་བཞག་གོ། །འབྱུང་འགྱུར་ལྟ་རང་བཞིན་  
 མེད་པར་བསྟོམ་པ་ནི། གཟུགས་བུམ་པ་ལྷ་བུ་ཞིག་ལ་དམིགས་ནས། དེའི་  
 དབྱིབས། ཁ་དོག་ །རིག་བྱ། ཁ་མགྱིན་པ། ལྟོ་བ། ཞབས། བྱིན་དེ་རྣམས་  
 རེ་རེ་བཞིན་བུམ་པར་མ་གྲུབ་པས་སྤར་བཞིན་མཉམ་པར་བཞག་གོ། །དེ་བཞིན་དུ་  
 སྒྲ། དྲི། རོ། རིག་བྱ་རེ་རེ་བཞིན་དམིགས་ལ་ཕྱོགས་མཚམས་སྟེང་འོག་བྱིན་  
 བར་གསུམ་མགོ་མཇུག་དབྱིབས་ཁ་དོག་གི་རྣམ་པར་རེ་རེ་བཞིན་དབྱུང་ནས་སྒྲ།  
 དྲི་རོ་རིག་བྱ་རྣམས་དེ་དག་གང་ལས་ཀྱང་མ་བྱུང་སྟེ། དེ་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་  
 མ་གྲུབ་པས་དེའི་ངང་ལ་མཉམ་པར་བཞག་གོ། །དེ་ལྷར་འབྱུང་བ་ལྟ་འབྱུང་  
 འགྱུར་ལྟས་མཚོན་པའི་ལུང་པོ། ཁམས་སྐྱེ་མཆེད་སོགས་གྱིས་འདུས་བུས་གྱི་  
 ཚོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་སྒྲོས་པ་དང་བུལ་བ་དང་། ནམ་མཁའ་མཚོན་

དེ་འདུས་མ་གུས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་སྒྲོས་པ་དང་བྲལ་བ་དང་།  
 སྒྲིང་ཡང་ཆོས་གཉིས་སྒྲོས་པ་དང་བྲལ་བ་དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་  
 མེད་པ་སྒྲོས་པ་དང་བྲལ་བ། ཟབ་བ། ཞི་བ། གང་གི་ངོ་བོར་ཡང་རང་བཞིན་  
 གྱིས་བྱུང་བ་མེད་པར་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བར་ཤེས།

གཉིས་པ་ཡུལ་ཅན་རང་བཞིན་མེད་པར་བསྒྲོམ་པ་ནི། མིག་གི་དབང་པོ་  
 དང་། གཟུགས་དང་། སྒྲ་མའི་ཉེར་ལེན་སོགས་ཚོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་མིག་གི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་འབྱུང་སྟེ། དེ་ཡང་དབྱུང་ནས་སྒྲ་མའི་ཉེར་ལེན་ཡང་མིག་གི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་མིན། མིག་གི་དབང་པོ་དང་། ཡུལ་གཟུགས་གཉིས་པོ་དང་།  
 ཁ་དོག་དང་། དབྱིབས་དང་། དེག་བྱ་དང་། སྤྱི་ནང་བར། རྩོགས་མཆམས་  
 སྟེང་ལོག། དབུས་ཀྱི་རྩོགས་གང་ཡང་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མིན། དེ་དག་  
 གང་རུང་རེ་ལ་གནས་པ་མེད་ཅིང་། དེ་དག་གང་དུ་ཡང་སོང་བ་དང་འོང་བ་མེད་  
 པར། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རང་བཞིན་མེད་པ་སྟེ། མ་རྟེན་པ་དེ་ཀའི་ངང་  
 ལ་མཉམ་པར་བཞག་གོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྣ་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ། སྤྱི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ། ལྟེན་རྣམ་པར་ཤེས་པ། ལུས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་རྣམས་རང་རང་གི་དབང་པོ། ཉེར་ལེན་ཡུལ། སྒྲ། སྤྱི། རོ། དེག་བྱ།  
 ཆོས་རྣམས་ཚོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས། རང་རང་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འབྱུང་མོད། རེ་རེ་  
 རྣམ་དབྱུང་ནས་རང་བཞིན་མེད་པས་གོང་ལྟར་ཤེས་པར་མཉམ་པར་བཞག་  
 གོ། །དེ་ལྟར་ན་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་གྱིས་བསྐྱས་པའི་འཁོར་བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་

ནི་རྟེན་འབྲེལ་ལ་དབྱུང་བའི་ངོ་བོར་ཡོད་པ། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་པ།  
སྒྲུ་མ་དང་། མི་ལམ་དང་། སྤྲིག་རྒྱུ་ལ་སོགས་པ་གཞན་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ།

གཉིས་པ་སྤྱང་འདས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་རང་བཞིན་མེད་པར་བསྒྲོམ་པ་ལ་  
གསུམ། སྒྲུ་དང་། གསུང་དང་། ཐུགས་རང་བཞིན་མེད་པར་སྒྲོམ་པའོ། །དང་  
པོ་ནི། གཟུགས་སྒྲུ་སྤྱང་ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་སྒྲོམ་པ་ལ། དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པའི་སྒྲུ་གཅིག་ལ་དམིགས་རྟེན་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་དབྱུང་དང་ཐུག་ལ་སོགས་པ་སྒྲུའི་  
ཡན་ལག་རྣམས་དང་། སྒྲུན་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་རྣམས་དང་། གཙུག་  
གཏོར་ལ་སོགས་པའི་མཆོན་སོ་གཉིས་དང་། སེན་མོ་ཟངས་ཀྱི་མདོག་ལྷ་བྱ་ལ་  
སོགས་པའི་དབེ་བྱད་བཟང་པོ་བརྒྱད་ཅུ་དང་། བ་སྒྲུའི་ཆོག་གསུལ་བར་བསམས་  
ནས། དེ་དེ་བཞིན་དབྱུང་པས་གང་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྒྲུར་མ་གྲུབ། དེ་  
བཞིན་དུ་དེ་དག་སྤྲོགས་མཆོམས་སྟེང་འོག་ཕྱང་པོ་ཁམས་སྟེ་མཆེད་འབྱུང་  
བ། འབྱུང་འབྱུར། དངོས་པོ། དངོས་མེད། འདུ་བྱས། འདུས་མ་བྱས། སྤྱང་  
བ་སྟོང་བ། འཁོར་བ་དང་སྤྱང་འདས་གང་ལས་ཀྱང་མ་བྱུང་། དེ་ལྷ་དེ་རྣམས་  
གང་གི་ཡང་ངོ་བོར་གནས་པ་མེད། །དེ་དག་གང་དུ་ཡང་མི་འགོ་བས་སྒྲོམ་བྱལ་  
རང་བཞིན་མེད་པ་དེ་ལ་མཉམ་པར་བཞག་གོ།

གཉིས་པ་གསུང་ལ། དམིགས་རྟེན་དུ་འབྱུག་གསུམ། ལྷ་ལི་ཀླུ་ལི་རྣམས་  
བསམ་བཞིན་དུ་རག་དུ་བཟོད་ནས། གསུང་དབྱུངས་ཡན་ལག་དུག་ཅུ་དང་  
བཅས་པ་ནི། སྤྲུག་གསུང་སྟོང་བྲག་ཆ་ལྷ་བྱ་རང་བཞིན་མེད་པ་སྟེ། སྤྲུ་དེ་མགིན་

པ། ལྷོ་སྟོ་ཤ་རུས་པ། ཁྱེད་ །ལུས་ཀྱི་ཕྱི་ནང་བར་གསུམ། རྩོགས་མཚམས་  
སྤྱང་འོག་གང་ནས་བྱུང་། དེ་ལྟར་གར་གནས། དེ་ནས་གར་འགོ་དབྱུང་བས།  
དེ་དག་གང་དུ་མ་བྱུང་། མི་གནས་མི་འགོ་བར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། མཉམ་པར་  
བཞག་གོ། །

གསུམ་པ་ནི། རྩོལ་སོགས་པ་ཕྱག་མཚན་གང་རུང་ཞིག་ལ་དམིགས་  
ཏེན་བྱས་ནས། དེ་དག་གི་ཕྱི་ནང་བར་གསུམ་ཆ་ཆེན་ཆ་ཆུང་རྩོགས་མཚམས་  
སྤྱང་འོག་ །དབྱིབས། །ཁ་དོག་སོགས་རེ་རེ་ནས་དབྱུང་བས་གང་ཡང་རྩོལ་  
སོགས་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གིས་རང་བཞིན་དུ་མ་གྲུབ་པ་སྒྲོས་པ་ཐམས་ཅད་དང་  
བྲལ་བ། ཉམ་མཁའ་ལྷ་བྱུར་གྱུར་པ་ཡིན་པས། མཉམ་པར་བཞག་གོ། །དེ་ལྟར་  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་ཏེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ། མ་  
དབྱུང་པའི་ངོ་བོར་གྲུབ་པ། རིག་པས་དབྱུང་པའི་མཉམ་བཞག་གི་ངོ་བོར་ནི་གང་  
གི་རང་བཞིན་དུ་ཡང་མ་གྲུབ་པ་སྒྲོས་བྲལ་སྐྱེ་བས་མས་ཀྱི་ཡུལ་ལས་འདས་  
པ། དཔེ་གང་གིས་ཡང་མཚོན་པར་མི་རུས་པ། རྩོགས་མཐའ་ཐམས་ཅད་དང་  
བྲལ་བ་བཞིན་དུ་འཁོར་འདས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། ཐམས་ཅད་  
ཀྱི་རང་བཞིན་ལ་དབྱེར་མེད་ཅིང་རང་བཞིན་གཅིག་པས་སྤང་དོར་དང་དགག་  
སྒྲུབ་དང་། གཟུང་འཛིན་དང་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་གྱི་མཚན་མ་ཐམས་ཅད་ལས་འདས་  
པ་ལ་ནམ་ཤེས་པ་ན། བྱང་ལས་འདས་པ་ཟབ་ལ་ཞི་བ་ཐོབ་པར་ཤེས་པར་བྱ་  
སྟེ། དེ་ལྟར་མ་ཤེས་ཀྱི་བར་དུ་བསྒྲོམ་པར་བྱའོ། །དེ་ཡང་གང་ཟག་གི་བདག་



མེད་སྒོམ་པའི་སྒོན་དུ་གང་ཟག་ཆོལ་བ་དང་། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་སྒོམ་པའི་སྒོན་  
 དུ་གཟུགས་སོགས་གང་རུང་ཞིག་ལ་བཀར་ནས་བཅུལ་བ་དང་། ཟུང་འདས་  
 རང་བཞིན་མེད་པར་སྒོམ་པའི་སྒོན་དུ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྐྱེ་ཆོལ་བ་དང་།  
 དམིགས་པ་རེ་རེ་བཞིན་དུ་བྱི་བ་དང་། བསྐྱབ་བྱ་དང་། བྱུང་པར་ཅན་དུ་ཡང་  
 ལྷག་མཐོང་གི་དམིགས་པའི་སྐྱབས་སུ་དམིགས་པ་རེ་རེ་བཞིན་དུ་ལུང་རིགས་  
 དང་བཅས་པས་ཆོས་ཉིད་རྟེན་འབྲེལ་རང་བཞིན་མེད་པ་ཡིན་པའི་སྐྱབ་བྱེད་ཆོལ་  
 བ་གལ་ཆེ་སྟེ། རང་ནས་རྟེན་འབྲེལ་དུ་ཐག་ཆོད་པའི་ངེས་ཤེས་མ་སྐྱེས་བར་དུ་  
 ལྷག་མཐོང་གི་ཉམས་སྤྱོད་སྐྱེ་བའི་སྐྱབས་མེད་པའི་བྱིར་རོ། །འདིར་ནི་རང་  
 ལུགས་ལུང་རིགས་དང་བཅས་པའི་རྒྱས་པ་མེད་ནའང་། རོ་སྟོད་ཀྱི་སྐྱབས་སུ་ཆ་  
 ཅོམ་འཆད་ཅིང་གཞན་ཡང་ངེས་དོན་གྱི་གསུང་རབ་དང་། བསྟན་བཅོས་རྣམ་  
 དག་གི་ལུང་རིགས་དང་སྐྱར་ནས་རྒྱས་པ་ཤེས་པར་བྱའོ།

གསུམ་པ་རོ་སྟོད་པ་ལ་གཉིས། མདོར་བསྟན་བ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་  
 པའོ། །དང་པོ་ནི། རྟེན་འབྲེལ་གང་ལ་རང་བཞིན་མེད་ཅེས་གསུངས་པས་རྟེན་  
 འབྲེལ་ནི་རྒྱས་བྱས་བ་དང་། བན་ཚུན་ལྟོས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ལོ། །དང་པོ་བྱམ་པ་  
 ལྷ་བྱ་ཞིག་ཡིན་ལ། དང་པོ་འཛིན་བ་དང་སྐྱེས་བྱའི་ལག་པའི་ཆོལ་བ་སོགས་རྒྱ་  
 རྒྱུ་ཐམས་ཅད་ཆོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱམ་པ་འབྱུང་མོད་ཀྱང་། རེ་རེ་བཞིན་དུ་  
 དབྱུང་ན་འཛིན་བ་རྒྱང་པ་ལས་ཀྱང་མ་བྱུང་། དེ་བཞིན་དུ་གཞན་རྣམས་ལས་ཀྱང་  
 རེ་རེ་དབྱུང་ན་གང་ལས་ཀྱང་མ་བྱུང་བས་རང་བཞིན་མེད་པ་ཡིན་ལ། རྒྱ་རྒྱེན་དེ་

རྣམས་ཚོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བས་རྟེན་འབྲེལ་མ་ཡིན་ནོ། །ཕན་ཚུན་ལྟོས་  
 པའི་རྟེན་འབྲེལ་ནི་བྱམ་པ་ནི་ཁ་དང་མགྱིན་པ། ལྟོ་བ། མཆུ། ཞབས་ཕྱི་ནང་  
 ཐམས་ཅད་ཚོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱམ་པའི་བྱ་བ་བྱེད་རྣམས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་  
 ལ། དེ་རྣམས་རེ་རེ་བཞིན་དབྱུད་ན་གང་ཡང་བྱམ་པ་མ་ཡིན་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་  
 ཁ་རྒྱུད་པས་བྱམ་པའི་བྱ་བ་བྱེད་རྣམས་པ་མ་ཡིན། རྒྱལ་སྤྱན་རེ་རེ་བཞིན་དུ་བྱེད་  
 པས་བྱམ་པའི་ཕྱོགས་ཆ་གང་ཡང་མ་ཡིན། རྒྱལ་དའི་ཕྱོགས་མཆོམས་སྟངས་ལོག་  
 ཐམས་ཅད་ནས་དབྱུད་ན་བྱམ་པའི་རང་བཞིན་མ་གྲུབ་སྟེ། དེ་ལྟར་ཚོས་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་རང་བཞིན་མེད་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །གལ་ཏེ་རང་བཞིན་གྱིས་  
 གྲུབ་ན་གང་ལ་ཡང་ལྟོས་མི་དགོས་པར་རྟག་པར་ཐེར་བྱག་པ། ཐམས་ཅད་དུ་  
 རྒྱུད་ཐད་ཀྱང་འབྱུར་བ་མེད་པ། གང་གིས་ཀྱང་ཕན་པ་དང་གཞོན་པ་བྱུར་མེད་  
 པ། འདུས་མ་བྱས་པ། དངོས་པོའི་རང་བཞིན་དུ་མ་གྲུབ་པ་ཞིག་དགོས་ཏེ། དེ་  
 ལྟ་བུའི་རྟེན་འབྲེལ་ནི་མི་སྲིད་པས། ཚོས་ཉིད་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ལས་  
 གཞན་དུ་གྲུབ་པ་མེད་དེ། འཕགས་པ་སྐྱུ་བ་ཀྱི་ཞལ་སྤྱན་ནས་ཀྱང་། རྟེན་ཅིང་  
 འབྲེལ་འབྱུང་མ་གཏོགས་པའི། ཚོས་འགའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །དེ་བྱིར་སྟོང་  
 པ་མ་གཏོགས་པར། ཚོས་འགའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དང་། རྟེན་ཅིང་  
 འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་གང་། །དེ་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་བཤད། །དེ་ནི་བརྟེན་ནས་  
 གང་གས་པ་སྟེ། །དེ་ཉིད་དབུ་མའི་ལམ་ཡིན་ནོ། །མདོ་ལས་ཇི་ལྟར་ཤིང་དང་  
 རྒྱུད་ལ་བརྟེན་བྱས་ཤིང་། །ལག་པའི་རྩོལ་བ་བྱས་པ་གསུམ་ཚོགས་པ། །སྟོ་

འདོགས་བྱེད་བའི་མི་ལང་གླིང་བྱ་སོགས། །དེ་དག་ལ་བརྟེན་སྦྲེལ་ཡང་འབྱུང་བར་  
 འབྱུང། །དེ་ནི་གང་ནས་འབྱུང་ཞིང་གར་འགོ་ཞེས། །དེ་དག་མཁས་པ་ལ་ལས་  
 བརྟག་བྱས་ན། །སྦྲེལ་ཡིས་འོང་བ་སོང་བ་རྟེན་མི་འབྱུང། །དེ་ལྟར་རྒྱ་དག་དང་ནི་  
 རྟེན་རྣམས་ལ། །འདུས་བྱས་བྱུང་བ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བ་སྟེ། །འདུས་བྱས་སྟོང་  
 བ་གཡོ་བ་མེད་པར་ནི། །དེ་ཉིད་མཐོང་བའི་རྣལ་འབྱོར་བ་ཡིས་ཤེས། །ནང་ཡང་  
 སྟོང་ལ་ཕྱི་རོལ་དག་ཀྱང་སྟོང་། །སེམས་ཅན་བདག་གིས་སྟོང་ཞིང་གནས་མེད་  
 བར། །ཆོས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ནས་མཁའ་འོ་བོ་ཉིད། །ཅེས་དང་། །གལ་ཏེ་ཆོས་  
 རྣམས་རང་བཞིན་འགའ་ཡོད་ན། །རྒྱལ་བ་ཉན་ཐོས་བཅས་པ་དེས་མཁྱེན་  
 འབྱུང། །ཐེར་བྱག་ཆོས་རྣམས་ཐུང་ན་འདས་མི་འབྱུང། །མཁས་རྣམས་ནས་  
 ཡང་སྦྱོས་པ་མི་འདོད་ཅེས་སོགས་གསུངས་སོ།།

གཉིས་པ་རྒྱས་བཤད་ལ། བདེན་པ་གཉིས་ངོས་བཟུང་བ་དང་། ཆོས་  
 ཐམས་ཅད་རྟེན་འབྲེལ་དུ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ། །ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་དང་།  
 །དོན་དམ་པའི་བདེན་པའོ། །དང་པོ་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་ནི། །དོན་དམ་པའི་  
 བདེན་པ་རྟོགས་པའི་ཐབས་ཡིན་ཏེ། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཐོག་མར་  
 འཛིག་རྟེན་གྱི་ཆགས་འཛིག་དང་། །ཕྱང་པོ་དང་། །ཁམས་དང་། །སྒྲིལ་ལ་སོགས་  
 དང་། །དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བའི་ཕན་ཡོན་དང་། །ཉེས་དམིགས་ལ་སོགས་  
 གསུངས་ཏེ། །སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་སྟོང་དང་ལྷན་པ་ན་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་སྟོན་པའི་  
 གསུང་རབ་སྤྲོད་མེད་པ་རྣམས་བསྟན་ནས་གདུལ་བྱ་རྣམས་ཐུང་ན་ལས་འདས་

བའི་ས་ལ་འགོད་པར་མཛད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་ཀུན་རྫོབ་གྱི་བདེན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་སྟོན་པར་བྱ་དགོས་ཤིང་། བདེན་གཉིས་གྱི་དབྱེ་བ་ལ་མི་  
 མཁས་ན་སངས་རྒྱས་གྱི་བསྟན་པའི་སྟིང་པོ་མི་ཤེས་ཏེ། རང་གཞན་གྱི་དོན་མི་  
 འགྲུབ། ཐབས་ལ་མི་མཁས་པས་སྤྱར་རྟག་ཆད་གང་རུང་གི་གྲུབ་མཐའ་ངན་  
 བར་སྤྱང་བའི་རྒྱར་གྱུར་འགྲོ་བ་ན། བདེན་གཉིས་གྱི་རྣམ་དབྱེ་ལ་མ་སྟོངས་པ་  
 གལ་ཆེད། །ཡབ་སྲས་མཇལ་བའི་མདོ་ལས་ཀྱང་། །འཇིག་རྟེན་མཁྱེན་པས་  
 གཞན་ལ་མ་གསན་པར། །བདེན་པ་འདི་གཉིས་གྱི་ནི་དབྱེ་བ་མཛད། །གང་དག་  
 ཀུན་རྫོབ་གྱི་ནི་བདེན་པ་དང་། །གང་དག་དམ་པའི་དོན་གྱི་བདེན་པའོ། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་དང་འཕགས་པ་སྤྱུ་སྤྱུ་བ་གྱིས་ཀྱང་། །སངས་རྒྱས་རྣམས་གྱིས་ཆོས་  
 བསྟན་པ། །བདེན་པ་གཉིས་ལ་ཡང་དག་བརྟེན། །འཇིག་རྟེན་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་  
 དང་། །དམ་པའི་དོན་གྱི་བདེན་པའོ། །གང་དག་བདེན་པ་འདི་གཉིས་གྱི། །རྣམ་  
 དབྱེ་རྣམ་པར་མི་ཤེས་པ། །དེ་དག་སངས་རྒྱས་བསྟན་པ་ཡི། །ཟབ་མོ་དེ་ཅིང་  
 རྣམ་མི་ཤེས། །ཐ་སྙད་ལ་ནི་མ་བརྟེན་པར། །དམ་པའི་དོན་ནི་རྟོགས་མི་  
 འགྱུར། །དམ་པའི་དོན་ནི་མ་རྟོགས་པར། །ཟུང་ན་འདས་པ་ཐོབ་མི་འགྱུར། །  
 །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། །འཕགས་པ་ཨྱུ་དེ་བས་ཀྱང་། །ཇི་ལྟར་སྤྲོ་སྤྲོ་དག་ཞན་  
 གྱིས། །འདུལ་བར་མི་འགྱུར་དེ་བཞིན་དུ། །འཇིག་རྟེན་པ་ཡིས་མ་རྟོགས་  
 པར། །འཇིག་རྟེན་གདུལ་བར་འགྱུར་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་  
 དུ། །འདིར་ཡང་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ཡང་དག་པའི་ལྷ་བ་མཐོང་གི་རང་བཞིན་

རྟོགས་པར་བྱ་བའི་ཐབས་ནི་ཐབས་སྤྲུལ་སྤྲུལ་འགྲོ་སེམས་བསྐྱེད་ནས། ཞི་གནས་ཀྱི་  
 ཉམས་ལེན་གྱི་བར་རྣམས་ཀྱིས་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་རིམ་བ་བསྐྱེད་བ་ཡིན་ལ། ཞི་  
 གནས་རང་ངོ་སྤྱོད་པར་བྱེད་བ་ལ་གསུམ་སྟེ། ཞི་གནས་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་། དབྱེ་བ་  
 དང་། དེའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་བསྐྱེད་པའོ། །དང་པོ་ནི་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་རྣམས་བ་དགོ་  
 བ་ལ་ཅེ་གཅིག་པའོ། །གཉིས་པ་ངོ་བོའི་སྒྲོན་སྤྱོད་དབྱེ་བ་དང་། གྲངས་ཀྱི་སྒྲོན་སྤྱོད་  
 དབྱེ་བའོ། །དང་པོ་ནི་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་བདེ་བས་ཁམས་རྒྱས་ནས་ལུས་བདེ་བ་  
 སོགས་ཀྱི་བདེ་བ་དང་། རིག་བ་ཡིན་ཏུ་དྲངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱི་ལོ་མངོན་  
 བེས་སོགས་ངེས་པའི་གསལ་བ་དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་བཞག་པའི་ཆོ། །  
 དམིགས་པ་གཞན་གྱི་བར་མ་ཆོད་པའི་མི་རྟོག་བ་རྣམས་སོ། །གཉིས་པ་ནི་  
 བསམ་གཏན་བཞི་དང་གཟུགས་མེད་ཀྱི་ཉིང་ངེ་འཛིན་རྣམས་ཏེ། གནས་ཆ་རྒྱང་  
 བ་ནི་ཇི་ལྟར་བཟང་ཡང་ཁམས་གོང་མའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་ཞི་གནས་  
 ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་མིན་ཏེ། དེའི་རྒྱ་འདོད་པའི་སེམས་ཅེ་གཅིག་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་  
 དེའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ནི། སྤྱིང་སྤྱུགས་དང་ཆོད་བ་ལ་སོགས་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་  
 ཀྱི་སྒྲོན་རྣམས། གཞན་ཡང་བདེ་གསལ་མི་རྟོག་པའི་ཉམས་འགའ་ཞིག་དང་ལྷག་  
 མཐོང་གཉིས་ནོར་སོ་ཆེ་བས་ཁྱད་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཞན་ཡང་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་ལ་དབྱེ་ན་གཉིས་ཏེ། ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་  
 པ་དང་། ཀུན་རྫོབ་ཅུང་པའོ། །ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་ནི། གཏི་སྤྱུག་གིས་ཡང་  
 དག་པའི་དོན་ལ་སྤྱི་བ་བས་ན་ཀུན་རྫོབ་སྟེ། དེའི་ངོ་བོར་བདེན་པར་སྤྲང་བ་རྣམས་

ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་རྒྱ་གཉིས་དང་དྲུང་སེར་སོགས་རྣམས་ནི་ཀུན་  
 རྫོབ་ཏུ་ཡང་མི་བདེན་པས་ཀུན་རྫོབ་ཙམ་པའོ། །ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་དེ་ཡང་  
 འཕགས་པ་སྤང་བ་དང་བཅས་པའི་སྒྲིད་ཡུལ་མངའ་བ་རྣམས་ལ་ནི་ཀུན་རྫོབ་དུ་  
 སྤང་ལ། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པར་ནི་མི་སྤང་སྟེ། ཆོས་ཐམས་ཅད་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་  
 དུ་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་ཤིང་བདེན་པར་མངོན་པར་རྫོམ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 ཡང་མཐོང་བ་ཡང་དག་པ་འཕགས་པའི་མཉམ་གཞག་གི་ཡུལ་གང་ཡིན་པ་དེ་  
 དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་དང་། མཐོང་བ་བརྟན་པ་སོ་སོ་སྟེ་བའི་དབང་པོ་ལ་གནོད་  
 པ་མེད་པའི་ཡང་དག་ཤེས་པའི་ངོར་སྤང་བ་རྣམས་ལ་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་དང་།  
 དབང་པོ་ལ་གནོད་པ་ཡོད་པའི་འབྲུལ་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཀུན་རྫོབ་ཙམ་  
 ཡིན་ནོ། །དཔལ་ལྷན་རྒྱ་བ་གྲགས་པས་གྲང་། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཐབས་བྱ་བྱུར་  
 པ་དང་། དོན་དམ་བདེན་པ་ཐབས་བྱུར་བྱུར་པ་སྟེ། གང་གིས་དེ་གཉིས་རྣམ་  
 དབྱེ་མི་ཤེས་པ། །དེ་དག་རྣམ་རྟོག་ངན་པའི་ལམ་ངན་ཞུགས། ཞེས་དང་། གཏི་  
 ཟུག་རང་བཞིན་སྒྲིབ་ཕྱིར་ཀུན་རྫོབ་སྟེ། དེས་གང་བཅོས་མ་བདེན་པར་སྤང་དེ་  
 ནི། ཀུན་རྫོབ་བདེན་ཞེས་ཐུབ་པ་དེས་གསུངས་ཏེ། །བཅོས་མར་གྱུར་པའི་དངོས་  
 ནི་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་འོ། །དངོས་ཀུན་ཡང་དག་རྟུན་པ་མཐོང་བ་ཡིས། །དངོས་རྟེན་དོ་  
 བོ་གཉིས་ནི་འཛིན་པར་འགྱུར། །ཡང་དག་མཐོང་ཡུལ་གང་དེ་དེ་ཉིད་དེ། །  
 མཐོང་བ་རྟུན་པ་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པར་གསུངས། །མཐོང་བ་རྟུན་པ་འང་རྣམ་པ་  
 གཉིས་འདོད་དེ། །དབང་པོ་གསལ་དང་དབང་པོ་སྒྲོན་ཙན་ནོ། །སྒྲོན་ལྷན་དབང་

ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཤེས་པ་ནི། །དབང་པོ་ལེགས་གྱུར་ཤེས་སྟོན་ལོག་པར་  
འདོད། །གཞོད་པ་མེད་པའི་དབང་པོ་དྲུག་རྣམས་ཀྱིས། །གཟུང་བ་གང་ཞིག་  
འཛིག་རྟེན་གྱིས་རྟོགས་ཏེ། །འཛིག་རྟེན་ཉིད་ལས་བདེན་ཡིན་ལྷག་མ་ནི། །འཛིག་  
རྟེན་ཉིད་ལ་ལོག་པར་རྣམ་པར་བཞག། །ཅེས་གསུངས་སོ།།

གཉིས་བདེན་དམ་པའི་བདེན་པ་ནི། དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་དང་། ཆོས་  
ཉིད་དང་། སྟོང་པ་ཉིད་དང་། མཆོག་རྒྱ་མི་འགྱུར་བའི་བདེ་བ་ཆེན་པོ་དང་།  
གདོད་ནས་ཞི་བ་དང་། མ་སྦྱེས་པ་དང་། མ་འགགས་པ། མི་གནས་པར་རང་  
བཞིན་གྱིས་ཟུང་ན་ལས་འདས་པ། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་ལུགས་སངས་  
རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱི་སྟོང་པོ། ཟབ་མོ་དབུ་མའི་ལམ། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་  
བར་འབྱུང་བ་རྣམས་ནི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཏེ། འཁོར་འདས་ཀྱིས་བསྐྱས་པའི་  
ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་རང་གི་ངོ་བོས་སྟོང་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་བུམ་  
པ་ལྷ་བུ་ལ་མཆོན་ནས་འཛིན་པ་དང་སྦྱེས་བུའི་རྩོལ་བ་སོགས་རྒྱ་རྒྱེན་རྣམས་  
ཆོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་དེས་བུམ་པའི་དོན་བྱེད་རྣམས་ཤིང་། བུམ་པ་རྟེན་  
འབྲེལ་གྲུབ་པས་ཆད་པའི་མཐའ་སྤངས་ཤིང་བུམ་པ་མེད་པ་རང་ཡང་མ་ཡིན། །  
ཡང་འཛིན་པ་སོགས་རྒྱ་རྒྱེན་ལ་རེ་རེ་བཞིན་དུ་དབྱེད་ན་གང་ལས་ཀྱང་འབྱུང་བ་  
མེད་པ་དང་། །ཁ་དང་མགིན་པ་སོགས་རྣམས་ལ་རེ་རེ་བཞིན་དུ་དབྱེད་ན་གང་ཡང་  
བུམ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །རང་བཞིན་མེད་ཅིང་བུམ་པ་གང་གིས་ཡང་ངོ་བོར་མ་གྲུབ་པ་  
ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་རྟག་པའི་མཐའ་དང་བྲལ་བའོ། །དེ་ལྟར་རྟག་ཆད་གཉིས་

གྱི་མཐའ་དང་བྲལ་བ་དེ་བུ་མ་པའི་ཆོས་ཉིད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་  
ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་བས་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ངོ་བོ་དེ་ལྟར་རྟག་ཆད་གྱི་མཐའ་དང་བྲལ་  
བའོ། །འདིར་ནི་མེད་པའི་དོན་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་མི་སྒྲིལ། རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་  
འབྱུང་བའི་དོན་དེ་ཉིད་ལ་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །ཁི་སྟིང་ཆོས་ཐམས་  
ཅད་རྟེན་འབྲེལ་དུ་ཤེས་པའི་ཆོ་གནས་ལུགས་མཐོང་ཞིང་བདག་འཛིན་གྱི་རྩ་བ་  
འཆད་དེ། །མདོ་ལས། གང་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་དེས་མཐོང་བ་དེ་ནི་  
སངས་རྒྱས་དང་ཆོས་དང་། དགེ་འདུན་མཐོང་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་  
སོ། །

གཉིས་པ་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྟེན་འབྲེལ་དུ་ཁབ་དཔ་པ་ནི། གང་ཟག་གི་  
བདག་མེད་པ་དང་། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་པ་སྟོན་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྤང་པོ་ལྷ་  
ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བའི་སེམས་ལ། གང་ཟག་དང་། སྤྲེལ་བྱ། བདག་ །ཤེད་  
ཅན། །ཤེད་བདག་ །སྟོག་ཆགས་དང་། འགྲོ་བ་ཞེས་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་སུ་  
བཏགས་པ་དེ་འདིར་དབྱུད་བར་བྱ་སྟེ། བདག་དེ་སྤང་པོ་ལྷ་ཡིན་ནམ། །སྤང་པོ་  
ལྷ་ལས་གཞན་དུ་ཡིན། །གལ་ཏེ་སྤང་པོ་བདག་ཡིན་ན། བདག་གང་ཟག་གཅིག་  
པོ་ཡང་མང་པོ་དག་ཏུ་འགྱུར་ཏེ། གཟུགས་སྤང་གི་དབྱིབས། །ཁ་དོག་ དེག་  
བྱ། དུལ་སྤྲ་རབ་གྱི་གངས་སོགས་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཆོར་བ་ནས་རྣམ་པར་ཤེས་  
པའི་སྤང་པོའི་བར་དུ་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་མང་བའི་སྤྱིར་དང་། གཞན་ཡང་སངས་  
རྒྱས་པའི་ཆོ་བདག་ཆད་ཅིང་གཏན་ནས་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། སྤང་པོ་བདག་ཡིན་



བའི་ཕྱིར་དང་། དེར་ནི་ཕུང་པོ་རྣམས་རྒྱུན་ཆད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་སངས་  
 རྒྱུས་པའི་ཆོ། བདག་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་འདོད་ན། འོ་ན་དེ་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་  
 བསགས་སྦྱངས་སོགས་ལམ་ལ་འབད་བ་དོན་མེད་དུ་འགྱུར་ལ། ཐར་པ་དེའང་  
 རྒྱུ་མེད་དུ་འགྱུར་ཏེ། ཐར་པ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་བདག་དེ་དེའི་ཆོ། རྒྱུན་ཆད་ནས་མེད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་གྱིས་བྱས་པའི་ལས་གཞན་གྱིས་སྤོང་བར་ཡང་འགྱུར་  
 རོ། །དེ་དག་འདོད་ན་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་རྒྱུ་འབྲས་སོགས་ཐམས་ཅད་  
 འཇིག་པར་འགྱུར་ཞིང་ཐུག་མེད་དུ་ཐལ་བའི་སྒྲིན་དུ་འགྱུར་བས་ཕུང་པོ་བདག་  
 ཡིན་པར་མི་རིགས་སོ། །གལ་ཏེ་ཕུང་པོ་ལས་གཞན་དུ་བདག་འདོད་ན་ནི།  
 དེའང་མི་འཐད་དེ། ཕུང་པོ་མཚན་ཉིད་རྣམས་མེད་པར་གཟུགས་སུ་རུང་བ་  
 དང་། ཉམས་སུ་སྤོང་བ། ཡུལ་རིག་བ། ཡུལ་ལ་མཚན་མར་འཛིན་བ། ཡུལ་  
 ལ་སོ་སོར་རྣམ་པར་གང་གིས་རིག་པར་འགྱུར་ཏེ། རིག་མཁན་དེ་ཉིད་རྣམས་  
 ལས་གཞན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །བདག་དང་ཕུང་པོ་རྣམས་འབྲེལ་བ་མེད་བཞིན་དུ་  
 ཕུང་པོ་རྣམས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཡོད་པར་འདོད་ན་ནི། བྱེད་པ་པོ་མེད་པའི་བྱ་བ་  
 དང་། ལས་དག་ཀྱང་ཡོད་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ཡང་འདོད་ན། རྒྱུ་མེད་ལས་  
 འབྲས་བུ་འབྱུང་དགོས་ཏེ། ཐུག་མེད་ཀྱི་སྒྲིན་དུ་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་ཕུང་པོ་  
 ལས་གཞན་དུ་འང་བདག་མེད་ཅིང་། ལྷ་སྒྲུབ་གྱིས་ཀྱང་། གལ་ཏེ་ཕུང་པོ་བདག་  
 ཡིན་ན། སྤྱི་དང་འཇིག་པ་ཅན་དུ་འགྱུར། །གལ་ཏེ་ཕུང་པོ་རྣམས་ལས་གཞན། །  
 ཕུང་པོའི་མཚན་ཉིད་མེད་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་ཕུང་པོ་ལྷ་

ལ་བརྟེན་ནས་ངར་འཛིན་སྐྱེ་བར་འགྱུར་རོ།

གཉིས་པ་ཚོས་ཀྱི་བདག་མེད་བསྟན་པ་ནི། ཚོས་རྣམས་སྐྱེ་མེད་དུ་བསྟན་  
པ་དང་། སྐྱེ་མེད་ཀྱི་གནས་ལུགས་ལ་མི་བཟོད་པའི་ལོག་ལྷ་བསལ་བ་དང་།  
ཐུགས་རྗེས་འགོ་བའི་ཀུན་རྟོག་གཞིམས་ནས་ཐར་པ་ལ་འགོད་པའི་སྤྱིར་ཡང་དག་  
པའི་དོན་གྱི་ཡིན་མིན་གྱི་དགག་སྒྲུབ་མཛད་ཀྱང་། རང་ལུགས་ལ་ཁས་ལེན་མེད་  
པར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། ལྷ་སྐྱབ་ཀྱི་ཞལ་སྤྲ་ནས་ཀྱང་། གངས་ཅན་པ་  
འདོད། མདོ་སྤེ་བ་དང་བྱེ་བྲག་པ་འདོད། བདག་ལས་མ་ཡིན་གཞན་ལས་  
མིན། །གཉིས་ལས་མ་ཡིན་རྒྱ་མེད་མིན། །དངོས་པོ་གང་དག་གང་ན་ཡང་། སྐྱེ་  
བ་ནས་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་ཏེ་འཁོར་འདས་ཀྱིས་བསྟུས་པའི་ཚོས་རྣམས་ནི་  
གང་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་མི་འཐད་དེ། དེ་ཡང་བདག་ལས་བདག་སྐྱེ་ན་  
ནི། །མདུན་གྱི་བུམ་པ་དེ་ལས་ནི་བུམ་པ་དེ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་  
བདག་ལས་བདག་སྐྱེ་ན་ནི། །འབྲས་བུ་འབྲུང་བའི་སྤྱིར་རྩོམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་  
དོན་མེད་དུ་འགྱུར་ཞིང་། གཞན་གྱིས་ཕན་པ་དག་གཞོད་པའི་རྒྱུན་ལ་ཅི་ཞིག་ལྟོས་  
ཏེ། དེ་ལས་དེ་ཐུག་མེད་དུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་བུམ་པ་དེ་འཛིན་པ་དང་  
རྒྱ་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲུང་བར་འདོད་ན་ནི། གང་བདག་ལས་སྐྱེ། གལ་ཏེ་  
འཛིན་པ་སོགས་དང་བུམ་པ་དེ་གཅིག་ཏུ་འདོད་ན་ནི་འཛིན་པས་བུམ་པའི་དོན་  
བྱེད་ནུས་ཏེ། སྐྱེས་བུའི་རྩོམ་པ་སོགས་དོན་མེད་དུ་འགྱུར་ཞིང་། ཡང་ནི་བུམ་པ་  
དེ་ཡང་སྤར་གྱི་འཛིན་པའི་རང་བཞིན་གྱི་དུས་བཞིན་དུ་བུམ་པའི་དོན་བྱེད་མི་ནུས་

བར་འགྱུར་རོ། །ཡང་གཞན་ལས་སྐྱེ་ན་ནི། ཟུན་ནག་ལས་མེ་འོད་འབྱུང་བ་  
 སོགས་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཏེ། སྐྱེད་བྱེད་མ་ཡིན་པ་རྣམས་ཀྱང་གཞན་ཡིན་  
 བར་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་སྐྱོན་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ། རྒྱ་འབྲས་གཉིས་པོ་གཞན་  
 ཡིན་པས་གཞན་ཡིན་ལ། གཞན་སྐྱེ་སྐྱེ་བ་ཡིན་སྟུམ་ན། དེ་ཡང་མི་འཐད་དེ།  
 གཞན་ཞེས་བཞི་འཛིག་རྟེན་ན་ཡང་པན་ཚུན་དུས་མཉམ་དུ་གྲུབ་པ་རྣམས་ལ་ཟེར་  
 ན། རྒྱ་འབྲས་གཉིས་པོ་ནི་དེ་ལྟར་དུས་མཉམ་དུ་གྲུབ་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་དེ་  
 ཡོད་པའི་དུས་དེའི་འབྲས་བུ་དེ་ཡོད་དམ་མེད། ཡོད་ན་ནི་རྒྱ་དེ་དེའི་རྒྱ་མ་ཡིན་  
 བར་འགྱུར་ཏེ། རྒྱ་འབྲས་དུས་མཉམ་དུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། མེད་ན་ཡང་རྒྱ་དེ་  
 རྒྱ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ། ཁྱོད་ཀྱི་འབྲས་བུ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་སྐྱོན་དུ་མི་  
 འགྱུར་ཏེ། ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་རྒྱ་མེད་ཀྱང་འབྲས་བུ་ཡིན་པ་  
 དང་། འབྲས་བུ་མེད་ཀྱང་རྒྱ་ཡིན་པ་ལ་སྐྱོན་མེད་སྟུམ་ན། མ་ཡིན་ཏེ། བྱེད་པ་  
 པོ་མེད་པའི་བྱ་བ་ལས་ཡོད་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་འདོད་ན་ནི་ཐུག་མེད་ཀྱི་སྐྱོན་དུ་  
 འགྱུར་བས་མི་རིགས་སོ། །ཡང་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་པོ་གཞན་ཡིན་ན། དེ་གཉིས་  
 ཡོད་དམ་མེད། ཡོད་ན་ནི། རྒྱ་འབྲས་གཉིས་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ། དུས་  
 མཉམ་དུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། མེད་ན་ནི། གཞན་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ། མོ་  
 བཤམ་གྱི་བུ་དང་བུ་མོ་བཞིན་ནོ། །ཡང་རྒྱ་འགགས་ནས་འབྲས་བུ་དེ་འབྱུང་ན་  
 ནི། འབྲས་བུ་དེ་རྒྱ་མེད་པ་ལས་འབྱུང་བར་འགྱུར་ཏེ་ཁྱོད་རྒྱ་འགགས་ནས་མེད་  
 པ་ལ་འབྱུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱ་དེ་མ་འགགས་པ་ལས་འབྲས་བུ་དེ་འབྱུང་

ན་ནི། ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱ་དེ་རྟག་པ་ཡིན་པར་འགྱུར་དེ། རྒྱ་དེས་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་ཆར་  
 རས་ཀྱང་མ་འགགས་པར་གནས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་རྒྱ་དེས་འབྲས་བུ་  
 ཡོད་པ་ཞིག་བསྐྱེད་དམ་མེད་པ་ཞིག་བསྐྱེད། ཡོད་པ་བསྐྱེད་ན་ནི་རྒྱ་དེས་འབྲས་  
 བུ་དེ་གསར་དུ་བསྐྱེད་པ་ལ་དགོས་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དེ། ཁྱོད་ཀྱི་འབྲས་བུ་དེ་  
 སྤར་ནས་བྱ་བ་ཐེན་ནས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འབྲས་བུ་མེད་པ་སྐྱེད་ན་ནི། རྒྱ་དེས་རི་  
 བོང་གི་རྩ་ལ་སོགས་ཀྱང་སྐྱེད་རྒྱས་པར་འགྱུར་དེ། རྒྱ་དེས་མེད་པ་མ་གྲུབ་པའི་  
 འབྲས་བུ་སྐྱེད་རྒྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འཕགས་པའི་ཞལ་ནས་ཀྱང་། གང་ལ་བརྟེན་  
 རས་གང་འབྱུང་བ། །དེས་ནི་རེ་ཞིག་དེ་ཉིད་ཡིན། །དེ་ལས་གཞན་པ་མ་ཡིན་  
 ཕྱིར། །ཆད་མིན་རྟག་མིན་མཆན་ཉིད་དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །གཉིས་ལས་སྐྱེ་  
 བ་ཡང་མི་འཐད་དེ། བོང་གི་སྐྱོན་དེ་དག་འཇུག་པར་འགྱུར་རོ། །རྒྱ་མེད་ལས་  
 སྐྱེ་བ་ཡིན་ཏུ་ཐ་ཆད་པས་མི་འཐད་དེ། སྤར་མ་རྒྱུ་པོ་སོགས་ས་གཞི་ལ་སྐྱེ་བ་  
 བཞིན་དུ་ནམ་མཁའ་སྟོང་པ་ལའང་སྐྱེ་བར་འགྱུར་དེ། རྒྱ་མེད་པར་མཚུངས་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་དེའི་ཁྱོད་ཀྱི་སྐྱུ་བ་བྱེད་ཀྱི་དཔེ་བསྐྱུ་བ་བྱར་སོང་སྟེ་མ་གྲུབ་  
 པས། བསྐྱུ་བ་བྱའི་དོན་དངོས་པོ་རྣམས་རྒྱ་མེད་ལས་སྐྱེ་བར་འདོད་པ་འདི་ནི་རང་  
 ཉིད་འབའ་ཞིག་སྐྱེ་བར་བྱེད་ཅིང་མི་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་ཐོག་ཏུ་འོང་། །འཁོར་  
 བའི་རྒྱ་བྱེད་པས་རྒྱ་མེད་ལས་སྐྱེ་བ་ཡིན་ཏུ་མི་འཐད་དོ། །

གཉིས་པ་སྐྱེ་མེད་ཀྱི་གནས་ལུགས་མི་བཟོད་པའི་ལོག་རྟོག་བསལ་བ་  
 ནི། སྐྱེ་མེད་ཀྱི་གནས་ལུགས་ལ་མི་བཟོད་པའི་ཚུད་པ་དང་། དེའི་ལོག་རྟོག་

གསལ་བས་ལན་བཏབ་དངོས་སོ། །དང་པོ་ནི། ཚེས་ཐམས་ཅད་མ་གྲུབ་པས་  
 ལྷོང་བ་ཡིན་ན། འཛིག་རྟེན་གྱི་འབྱུང་བ་དང་འཛིག་པ་ནས་བཟུང་སྟེ་སངས་རྒྱས་  
 གྱི་ཚེས་ཐམས་ཅད་མི་བདེན་པར་འགྱུར་ཞིང་། སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་འབད་བ་  
 སོགས་དོན་མེད་དུ་འགྱུར་ཏེ། ཚེས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་སྟེ།  
 ལྷོང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ཚེས་ཐམས་ཅད་ལྷོང་བ་རང་བཞིན་མེད་  
 བར་སྒྲུབ་པའི་དབུ་མ་པའི་ལུགས་འདི་ནི། སིན་རྒྱ་མི་འཐད་དོ། །གལ་ཏེ་ཚེས་  
 ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་སྟེ་ཡོད་ན། འཛིག་རྟེན་འབྱུང་འཛིག་སོགས་  
 ནས་སངས་རྒྱས་གྱི་བར་གྱི་ཚེས་རྣམས་བདེན་པས་རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་གྲིས་  
 ལམ་སྒྲུབ་པའི་འབད་བ་རྣམས་ཀྱང་དོན་མེད་པར་འགྱུར་བས། ཚེས་ཐམས་ཅད་  
 ལྷོང་བ་མ་ཡིན་ཏེ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་ནས་ཡོད་པ་མིན་ཟེར་རོ།

གཉིས་པ་ལོག་རྟོག་བསལ་བའི་ལན་བཏབ་པ་དངོས་ནི། གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་  
 ཚེས་ཐམས་ཅད་ལྷོང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་ནས་ཡོད་པ་ཡིན་  
 ན། གང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་ནས་ཡོད་པ་ཡིན་ན། དེ་ནི་ལྷོང་བ་མ་ཡིན་པས་  
 ལས་དང་བྱེད་པ་པོ་གང་ཡང་མེད་པས། འཛིག་རྟེན་གྱི་འབྱུང་འཛིག་སོགས་  
 ནས་སངས་རྒྱས་གྱི་བར་གྱི་ཐམས་ཅད་བྱེད་རང་ལ་མི་བདེན་པར་འགྱུར། དེ་  
 བཞིན་དུ་རིགས་དྲུག་གི་གནས་གང་དུ་སྒྲེས་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་འཆི་  
 འཕོ་དང་སྒྲེ་བ་ལ་སོགས་མེད་ཅིང་དེ་ཁོ་ནར་རྒྱན་དུ་གནས་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་  
 རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་འཁོར་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེལ་

རྩོད་བ་རྣམས་ཀྱང་དེ་ལས་ཐར་བའི་སྐབས་མེད་དེ། སྤྱག་བསྐུལ་དེ་རང་བཞིན་  
 གྱིས་བྱུབ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྣལ་འབྱོར་བ་ལས་སྐྱུབ་བ་པོ་རྣམས་ཀྱི་  
 སྤངས་རྟོགས་སོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་འཐོབ་བ་མི་འཐད་དེ། །དེ་རྣམས་རང་བཞིན་  
 གྱིས་བྱུབ་བའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་འབྱུང་འཇིག་འཕོ་སོགས་དང་། སྤངས་རྟོགས་  
 སོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མངོན་དུ་བྱེད་པར་འདོད་ན་ནི། རྩོད་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུབ་  
 བ་དང་འགལ་ཏེ། དེ་རྣམས་རྟེན་འབྲེལ་རང་བཞིན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་  
 གང་སྟོང་བ་ཉིད་རང་བཞིན་མེད་པ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་འདི་ཉིད་ལ་  
 དགོ་མི་དགོ་ལུང་མ་བསྟན་ཐམས་ཅད་འཐད་པ་ཡིན་ནོ། །འཕགས་པས་ཀྱང་  
 གལ་ཏེ་འདི་ཀུན་མི་སྟོང་ན། །འབྱུང་བ་མེད་ཅིང་འཇིག་པ་མེད། །འཕགས་པའི་  
 བདེན་པ་བཞི་པོ་རྣམས། རྩོད་ལ་མེད་པར་ཐལ་བར་འབྱུར། །གང་ལ་སྟོང་བ་  
 ཉིད་རུང་བ། །དེ་ལ་ཐམས་ཅད་རུང་བར་འབྱུར། །གང་ཞིག་རང་བཞིན་གྱིས་  
 ཡོད་པ། །དེ་ནི་མེད་པ་མིན་པར་བརྟགས། །ཅེས་དང་། རྩོད་ཀྱིས་རང་གི་སྦྱོར་  
 རྣམས་ནི། །ང་ལ་ཡོངས་སུ་སྦྱར་བྱེད་པ། །རྟེན་མངོན་པར་ཞོན་བཞིན་དུ། །རྟེན་  
 ཉིད་བརྟེན་པར་གྱུར་པ་བཞིན། །ཅེས་གསུངས་སོ། །དེ་བས་ན་རྩོད་ནི་ཐོག་མ་  
 མེད་པ་ནས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་འབའ་ཞིག་གི་དབང་གིས་དོན་མེད་པའི་ལྷན་ཀ་སྐྱ་བ་  
 འདི་ནི་མི་འཐད་དེ། གང་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་མེད་པ་  
 ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། མེ་ལ་བརྟེན་ནས་དུ་བ་འབྱུང་བ་བཞིན་ནོ། །གང་མེད་པ་དེ་ནི་  
 བརྟེན་ནས་ཀྱང་མི་འབྱུང་སྟེ། རི་བོང་གི་རྩ་བཞིན་ནོ། །གང་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་

དེ་ནི་རང་བཞིན་གྲུབ་ནས་ཡོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། སྤྱོད་མ་མཁན་ལ་བརྟེན་ནས་  
འགྲུང་བ་དང་བྱུང་མེད་བཞིན་ནོ།

གསུམ་པ་ཐུགས་རྗེས་འགྲོ་བའི་ཀུན་རྟོག་གཞིམས་ནས་ཐར་པ་ལ་འགོད་  
བའི་ཕྱིར། ཡང་དག་གི་དོན་ཡིན་མིན་གྱི་དགག་སྒྲུབ་མཛད་ཀྱང་རང་ལུགས་ལ་  
ཁས་ལེན་མེད་པར་བསྟན་པ་ནི། དི་བ་དང་ལན་ནོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ཁྱོད་དབྱུ་  
བ་ནམས་གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་སྟོས་བྲལ་རང་བཞིན་མེད་པར་སྒྲུབ་པར་བྱེད་  
དེ། དེ་ལྟར་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་ཐག་ཆོད་པའི་ངེས་ཤེས་དེ་རྒྱ་རྒྱུ་  
གང་དང་གང་ལས་སྒྲེས་ཀྱང་རུང་། རོ་བོ་གང་དུ་སྒྲེས་ཀྱང་རུང་སྟེ་རང་བཞིན་  
གྱིས་གྲུབ་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བས་དེ་དང་མཚུངས་པར་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རང་  
བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཏེ་ཁྱོད་གྱིས་རང་བཞིན་མེད་པའི་དགག་སྒྲུབ་  
ཐམས་ཅད་དོན་དམ་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །གལ་ཏེ་ཁྱོད་རང་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་ངེས་  
ཤེས་མེད་ན་ནི། རང་གིས་མ་ངེས་པའི་ཕྱིར་གཞན་ལ་ངེས་ཤེས་སྒྲེས་པར་མི་རུས་  
པས། དེ་ལྟ་བུའི་དགག་སྒྲུབ་དང་། བསྟན་བཅོས་རྩོམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དོན་  
མེད་པར་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་འཐད་པ་དང་བྲལ་བས་དབྱུ་མ་པའི་ལུགས་འདི་  
མི་འཐད་དོ། །ཞེས་ཟེར་རོ།

གཉིས་པ་ལ་ནི། དབྱུ་མ་པ་ལ་མ་ངེས་པའམ། ཐེ་ཆོམ་མམ། ཐག་མ་  
ཆོད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལ་ལྟོས་པའམ། དེའང་གསུམ་པའི་ངེས་ཤེས་སམ།  
ཐག་ཆོད་དམ། ཁས་ལེན་གང་ཡང་ཡོད་པ་ག་ལ་འགྱུར། ཆོས་ཐམས་ཅད་གང་

གིས་རང་བཞིན་དུ་ཡང་བྱུང་བ་ཅུང་ཟད་ཅམ་ཡང་མེད་དེ། སྒྲོས་པ་ཐམས་ཅད་  
 དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར། སྒྲོས་ཀྱང་གང་གི་རང་བཞིན་དུ་མ་དམིགས་ཏེ་སྒྲོ་ཡང་སྒྲོས་  
 བྲལ་དང་དབྱེར་མེད་དུ་གྱུར་བས། ཡུལ་ཡུལ་ཅན་ཤེས་བྱ་ཤེས་བྱེད་གྱི་མཆན་མ་  
 ཉི་ནམ་ཡང་མེད་བས། དེས་པའམ། །ཐག་ཆོད་ཁས་ལེན་ནམ་འདི་ཡིན་གྱི་  
 འཛིན་བ་མེད་བས་ན། དེས་ཤེས་གྱི་རྒྱ་རྒྱུན་འདི་ལས་སྤྲེས་བ་དང་། རོ་བོ་འདི་  
 ལྷ་བྱ་བྱུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། རི་བོང་གི་རྩ་མ་དམིགས་བས་དེའི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་། རོ་བོ་  
 མ་དམིགས་བ་བཞིན་ནོ། །འཕགས་བས་ཀྱང་། ངན་སྒྲོན་མེད་ཁོ་ན་སྟེ། ང་ལ་  
 ཁས་ལེན་གཅིག་ཀྱང་མེད། །གལ་ཏེ་ང་ལ་ཁས་ལེན་ཡོད། །དེས་ན་ང་ལ་སྒྲོན་  
 འདི་ཡོད། །གལ་ཏེ་མངོན་སུམ་ལ་སོགས་གིས། །དོན་གྱི་འགའ་ཞིག་དམིགས་  
 ནས་ནི། །བསྐྱབ་བའམ་སྒྲོག་བར་བྱས་ན་དེ། །མེད་ཕྱིར་ང་ལ་ཁྲུན་ཀ་མེད། །  
 གསུངས་སོ། །སྒོ་བ་དཔོན་ཞུ་བ་དེ་བས་ཀྱང་། །ཡོད་མེད་ཡོད་མེད་ཅེས་བྱ་བ།  
 སྒྲོགས་ནི་གང་ཡང་ཡོད་མིན་ལ། །དེ་ལ་ཡུན་ནི་རིང་བོ་ཡང་། །ཁྲུན་ཀ་བཟོད་  
 བར་རུས་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་བ་བཞིན་དུ། དབུ་མ་བའི་རང་ལུགས་གྱི་ཁས་  
 ལེན་མེད་ཀྱང་། སེམས་ཅན་རྣམས་ཡོད་མེད་ཡིན། རྟག་ཆད་སྒྲ་ཆོགས་བ་ལ་  
 སོགས་བར་རྟོགས་བ་དེ་བས་ལ་བའི་དགོས་བ་ཅན་དུ་ནི་ཡོད་མེད་དང་ཡིན་མིན་  
 དང་། སྟོང་བ་དང་སྟོང་བ་མིན་བ་དང་། བདག་དང་བདག་མེད་བ་དང་། སྒྲོས་  
 བ་དང་བྲལ་མ་བྲལ་དང་། སྤང་བ་དང་། སྟོང་བ་དང་། དོན་དམ་བ་དང་། ཀུན་  
 རྟོག་དང་། འཁོར་བ་དང་མྱ་ངན་ལས་འདས་བ་སོགས་སྒྲ་ཆོགས་གསུངས་བ་ལ་



བརྟེན་ནས། སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་རྣམས་སྦྱོས་བྲལ་དུ་ཤེས་པ་དང་།  
 ཀུན་རྟོག་ཞི་བའི་དབང་གིས་ལས་ཉོན་དག་སྟེ། འཁོར་བའི་སྤྱད་བསྐྱལ་ལས་  
 གྲོལ་ཐར་པ་དང་། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་ལ་འགོད་པ་ནི་ཉིད་དགོས་དག་  
 སྟེ། འཕགས་པས་སྤྱོད་འཛུལ་ཞེས་ཀྱང་མི་བྱ་ལ། མི་སྤྱོད་ཞེས་ཀྱང་མི་བྱ་ཞིང་།  
 གཉིས་དང་གཉིས་མིན་མི་བྱ་སྟེ། གདགས་པར་དོན་དུ་བརྟེན་པ་བྱ། ཞེས་  
 དང་། བདག་གོ་ཞེས་ཀྱང་བརྟགས་འགྱུར་ཞིང་། བདག་མེད་ཅེས་ཀྱང་བརྟག་  
 པར་འགྱུར། སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་བདག་དང་ནི། བདག་ནི་འགག་མེད་  
 ཅེས་ཀྱང་བསྟན། ཞེས་དང་། བརྟེན་པར་བྱ་བ་ལོག་པ་སྟེ། སེམས་ཀྱི་སྦྱོད་  
 ཡུལ་ལོག་པའོ། མ་སྦྱེས་པ་དང་མ་འགགས་པ། ཆོས་ཉིད་མྱ་ངན་འདས་དང་  
 མཚུངས། ཐམས་ཅད་ཡང་དག་ཡང་དག་མིན། ཡང་དག་མིན་མིན་ཡང་དག་  
 མིན། །དེ་ན་སངས་རྒྱས་རྗེས་བསྟན་པའོ། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ་ཡིན་པས།  
 དབུ་མ་བའི་དགག་སྐྱབ་གྱི་རྩོད་པ་གང་མཛད་ཀྱང་། རང་གི་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་  
 དང་། གཞན་སྟོགས་དགག་བྱའི་ཆོས། གང་ཡང་མེད་པས་མ་དམིགས་ཀྱང་།  
 སེམས་ཅན་གྱི་ཀུན་རྟོག་ཞི་བའི་དགོས་པ་ཅན་གྱི་རྩོད་པ་དང་དགག་སྐྱབ་ཡིན་  
 རོ། །དེ་ལྷ་མ་ཡིན་པ་རང་གི་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ལ་མ་ཡིན་པར་སྐྱབ་པ་དང་གཞན་  
 སྟོགས་དགག་བྱའི་ཆོས་ལ་སྤང་བའི་རྩོད་པ་དང་། དགག་སྐྱབ་ཅན་གྱིས་ནི་རང་  
 གི་ཀུན་རྟོག་འཕེལ་བའི་རྒྱ་བྱེད་པའི་ཕྱིར། །དགོས་པ་ཆེན་པོ་ཅན་དུ་གཤམ་  
 འགྱུར། མདོ་ལས་ཀྱང་། འཛིག་རྟེན་དང་ལྷན་ཅིག་རྩོད་གྱི། ར་ནི་འཛིག་རྟེན་

བ་དང་ལྷན་ཅིག་མི་ཚོད་དོ། གང་འཇིག་རྟེན་ན་ཡོད་པར་འདོད་པ་དེ་ནི། ང་ཡང་  
 ཡོད་པར་འདོད་དོ། གང་འཇིག་རྟེན་མེད་པར་འདོད་པ་དེ་ནི། ང་ཡང་མེད་པར་  
 འདོད་དོ། ཞེས་གསུངས་ཤིང་། འཕགས་པ་ལྷས་ཀྱང་། ཆོས་འདི་སངས་  
 རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་ནི། ཚོད་པ་མཛད་ཕྱིར་གསུངས་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་མེ་ཡིས་  
 བུད་ཤིང་བཞིན། འདིས་ནི་པས་ཀྱི་ཚོལ་བ་འཛེམས། ཞེས་གསུངས་ཤིང་།  
 དཔལ་ལྷན་རྒྱ་བ་གྲགས་པས་ཀྱང་། བསྟན་བཅོས་ལས་དཔྱད་ཚོད་ལ་ཆགས་  
 བའི་ཕྱིར། མ་ཡིན་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ཕྱིར་དུ་གསུང་། འོན་ཀྱང་དེ་ཉིད་རྣམ་  
 པར་བཤད་པ་ན། གཞན་གཞུང་འཇིག་པར་འགྱུར་ན་ཉེས་པ་མེད། རང་ཕྱོགས་  
 ལྷ་ལ་ཆགས་ཤིང་དེ་བཞིན་དུ། གཞན་ཕྱོགས་ལྷ་ལ་སྒྲུང་བ་རྣམས་རྟོགས་  
 ཏེ། ཉེ་ཕྱིར་འདོད་ཆགས་ཁོང་ཁྱོད་རྣམས་བསལ་ཏེ། རྣམ་དཔྱད་པ་རྣམས་སྦྱར་  
 དུ་གྲོལ་བར་འགྱུར། ཞེས་དང་། གལ་ཏེ་དབུ་མ་བ་ཡིན་ན་ནི་རང་རྒྱུད་ཀྱི་དམ་  
 བཅའ་བར་མི་བྱ་སྟེ། ཕྱོགས་གཞན་ཁས་སྤངས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་  
 དང་། ཁོ་བོ་ཅག་ནི། མེད་པར་འདོད་པ་ཡང་མ་ལགས་ཏེ། གཞན་ཡོད་པར་  
 འདོད་པའི་ཕྱོགས་བསལ་འདོད་པའི་ཕྱིར་རོ། ཡོད་པར་འདོད་པ་ཡང་མ་  
 ལགས་ཏེ། གཞན་མེད་པར་འདོད་པའི་ཕྱོགས་བསལ་འདོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 ཞེས་གསུངས་ཏེ། འཇིག་རྟེན་གྲགས་སྟེ་འདོད་པའི་དབུ་མ་བ་དང་། རབ་རྟུ་མི་  
 གནས་པའི་དབུ་མ་བ་དག་ནི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཏེ། དེ་ལྷ་བུའི་དབུ་མ་བ་ཐལ་  
 འགྱུར་བར་གྲགས་པའི་ལུགས་ལ་ནི། གཞན་སྒྲུང་ལ་འཇིག་རྟེན་ན་མ་སྦྱད་ཇི་

ལྷར་ཁས་སྒྲུངས་པ་བཞིན་དུ་ཁས་ལེན་པས་ཀྱང་། རང་ལུགས་ལ་དམ་བཅའ་  
ཁས་ལེན་གཅིག་ཀྱང་མེད་པར་ཤེས་པར་བྱའོ།

སྲིད་ཞིའི་མཉམ་ཉིད་ལྷ་བའི་བྲིད་འདི་འཕགས་པ་སྐྱུ་སྐྱབ་ཡབ་སྐུ་སྐྱབ་  
དབལ་ལྷན་རྒྱ་བ་གྲགས་པའི་དབུ་མའི་གཞུང་ལུགས་དག་གི་ལུང་དང་རིགས་  
པས་ཀྱང་རྩུང་ཟད་བརྒྱན་ནས། རྗེ་བཙུན་འཇམ་པའི་དབྱངས་ཀྱི་བཀའ་བཞིན་  
དབའ་བོའི་དོ་རྗེས་ཡིག་པར་བཀོད་བའོ། །སྟོན་པའི་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་མདོ་  
རྒྱུད་གཉིས་སུ་འདུས། མདོའི་བརྗོད་བྱ་ཐམས་ཅད་རིམ་པ་གཉིས་སུ་འདུས།  
རྒྱུད་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་ཐམས་ཅད་རིམ་པ་གཉིས་སུ་འདུས། །སྐྱུ་སྐྱབ་ཡབ་སྐུ་སྐྱབ་  
ལུགས་ལ་བྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ནས་བཤད་པ་དོན་དམ་བདེན་པ་དང་། རང་  
གསང་སྐགས་ནས་བཤད་པའི་འོད་གསལ་གཉིས་གཅིག་དུ་འདོད་པས། བདག་  
ནི་སྐྱུ་སྐྱབ་ཡབ་སྐུ་སྐྱབ་ལུགས་ཁོན་ལ་དད་ཅིང་། མདོ་རྒྱུད་ཀྱི་དགོངས་པ་སྒྲུང་  
ལུགས་ཡང་སྐྱུ་སྐྱབ་ཡབ་སྐུ་སྐྱབ་ཀྱི་རྗེས་སུ་འདུག་གོ། །བྲིད་འདིས་ཀྱང་དབུ་མ་  
བའི་ལྷ་བ་རྣམ་དག་ཀྱང་སྟོན་མོད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་དངོས་གཞི་གསང་འདུས་ཀྱི་འོད་  
གསལ་གྱི་བྲིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞི་གནས་ཀྱི་སྐབས་ལ་རིགས་ལྷ། ཡུམ་བཞི་ལ་  
བརྟེན་ནས་ཉིང་རེ་འཛིན་སྒྲོམ་པའི་ཐབས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཡོད་དོ།

༡། ཁ་མོ་ཕྱི་གུ་རུ་མཛུ་གྲོལ་། མཁྱེན་པས་སྲིད་པའི་འཆིང་བ་མཐར་མཛད་  
ཅིང་། །ཐུགས་རྗེས་ཞི་ལ་དགའ་བ་རིང་དུ་དོར། །སྲིད་ཞིའི་མཐའ་ལ་མི་གནས་  
སྲིད་ཞིའི་མགོན། །བྱུང་བ་དོ་རྗེ་འཆང་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །རབ་འབྱམས་

ཞིང་གི་རྩལ་རྟེན་ལས་འདས་པའི། །བྱངས་མེད་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱི་མཁྱེན་པའི་  
གཏེར། །མཐའ་ཡས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་པའི་ཡེ་ཤེས་སྒྲ། །མགོན་པོ་འཇམ་པའི་  
དབྱངས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །རྒྱབས་ཆེན་སྟོན་ལས་རིང་ནས་བཏབ་པའི་  
མཐུས། །ཨི་བཙུན་འཇམ་དབྱངས་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་སུམ་དུ། །ཐེཛོམ་དྲ་བ་མཐའ་  
དག་བསལ་གྱུར་པ། །དབའ་བོ་དྲོ་ཨི་ཞབས་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། །

འཛིག་རྟེན་འཛིག་རྟེན་འདས་པའི་དག་ལོགས་ཀྱི། །ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་ཅ་  
བ་རིན་ཅན་ཨེ། །ཡིད་ལ་དྲན་པ་ཅམ་གྱིས་དུས་ཀུན་ཏུ། །མོས་གུས་རྩོལ་མེད་སྒྲེ་  
བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །འདོད་རྩུང་ཆོག་ཤེས་ནི་ཞིང་དུལ་བར་གནས། །སྤྱིང་  
ནས་ཐར་པ་དོན་གཉེར་གསོང་པོར་སྒྲ། །བག་ཡོད་ལ་སྒྲོར་གྲོགས་མཆོག་བསྟེན་  
བྱེད་ཅིང་། །དག་སྒྲུང་གྲོགས་མེད་སྒྲེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །འཆི་བར་ངེས་  
ཤིང་ནམ་འཆི་ཆ་མེད་པར། །ཆོག་ཅམ་མིན་པར་དྲན་ནས་ལོང་མེད་དང་། །རྟེན་  
བཀུར་ཆོས་ལ་གཏིང་ནས་ཞེན་ལོག་སྟེ། །དགོས་མེད་རྒྱུད་ལ་སྒྲེ་བར་བྱིན་གྱིས་  
རྫོབས། །ལུས་ཅན་མཐའ་དག་རིན་ཅན་མར་ཤེས་པས། །ཉམ་ཐག་རྣམས་ཀྱི་  
སྐྱུག་བསྐྱལ་དྲན་གྱུར་ནས། །རང་བདེ་འབའ་ཞིག་སྒྲུབ་ལས་ཡིད་ལོག་སྟེ། །  
སྤྱིང་ཨི་རྩོལ་མེད་སྒྲེ་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །མཐར་འཛིན་ནད་ཀུན་སེལ་བའི་སྟེན་  
གཅིག་ལུ། །ཐབ་མོ་རྟེན་འབྲེལ་མཐའ་དང་བྲལ་བའི་དོན། །འཕགས་མཆོག་གྲུ་  
སྒྲུབ་ཡབ་སྐུས་དགོངས་པ་དག །ཨི་བཞིན་ཁོང་དུ་རྩུང་བར་བྱིན་གྱིས་རྫོབས། །

དག་འདིས་མཆོན་ནས་དུས་གསུམ་དང་འབྲེལ་བའི། །བདག་གཞན་

དགེ་བའི་རྩ་བ་ཇི་སྟེད་པ། །དེ་དག་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་ཞིང་སྐྱེ་བ་རུ། །བྱང་ཆུབ་  
 མཆོག་གི་རྗེས་སུ་མི་མཐུན་པའི། །ཤེས་ཀྱི་ཁེ་འདོད་བ་དང་གྲགས་བ་དང་། །  
 འཁོར་དང་ལོངས་སྟོང་ཆེད་དང་བཀུར་སྟེའི་རྒྱར། །སྐྱད་ཅིག་ཙམ་ཡང་ནམ་ཡང་  
 མི་སྤྲིན་པར། །སྤྲུམ་མེད་བྱང་ཆུབ་ཁོ་ནའི་རྒྱར་གྱུར་ཅིག། །མཛད་བྱུང་སྐུས་བཅས་  
 རྒྱལ་བའི་བྱིན་རྒྱལས་དང་། །རྟེན་འབྲེལ་བསྐྱུ་བ་མེད་པའི་བདེན་བ་དང་། །  
 བདག་གི་ལྷག་བསམ་དག་པའི་མཐུ་སྟོབས་ཀྱིས། །རྣམ་དག་སྟོན་པའི་གནས་  
 འདི་འགྲུབ་པར་ཤོག། །བྱིན་རྒྱལས་ཉེར་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲ་མ་རྣམས་ལ་གསོལ་བ་  
 འདེབས་བ་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་སྟེ་མ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི། །མང་དུ་སྟོས་པའི་རྒྱལ་ཁམས་  
 བ་སྟོབས་ཐང་གྲགས་པའི་དཔལ་གྱིས་གངས་ཅན་གྱི་ཁོད་གངས་རིའི་དབང་པོ་འོ་  
 དེ་གྲང་རྒྱལ་གྱི་ལྷ་ཞོལ་དུ་སྦྱར་བའོ། ། །དགེ་འོ།

# ༡༡། །རྩི་རྩི་པོ་ཆེས་གནང་བའི་དབུ་མའི་ལྷ་ཁྱིད་ བསྐྱུས་པ་བཞུགས་སོ།།

ཡེ་ཙཱ་ཁ་བ་སྒོ་བཟང་གཤམ་པ། ༡༣༥༧-༡༣༧༤

༡༡། །སྒྲི་མ་དམ་པ་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །དེ་ལ་འདིར་འཁོར་  
བ་ནི་འཇིག་ཆོགས་ལ་ལྷ་བའི་རྩ་བ་ཅན་ཡིན་པས། གྲོལ་བ་དོན་དུ་གཉིར་བ་  
རྣམས་ཀྱིས་དེ་དག་གི་པར་བྱ་བ་ཡིན་ལ། དེའང་ཀུན་བརྟགས་དང་ལྷན་སྐྱེས་  
གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་ལྷན་སྐྱེས་གཙོ་བོར་དག་གི་པར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། མཁས་ཆོངས་  
ཀུན་འཁོར་བར་འཁྲིད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྷ་ནའང་  
བསྐྱུས་བཅོས་ཀུན་ཏུ། ཀུན་བརྟགས་ཀྱི་བདག་ལ་དག་གི་པར་བྱས་པར་མཛད་པ་  
ནི། བདག་ཁས་ལེན་པའི་རང་གཞན་གྱི་སྒྲི་པ་རྣམས་ཀྱིས་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་ཡུལ་དེ་  
ཉིད་སྐྱབ་པའི་ཕྱིར་བདག་ཁས་སྤངས་པ་ཡིན་པས་དེ་དག་བཀག་པས་བརྒྱད་ནས་  
ཁྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་མཐས་སྒོ་མ་བསྐྱུར་བ་རྣམས་བདག་མེད་  
སྐྱབ་པའི་ཕྱིར་གྲོལ་དུ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་བྱེད་མེད་ན། བྱེད་མེད་པའི་  
རིགས་པས་དོན་སྤེངས་དུ་ཀུན་བརྟགས་ཀྱི་བདག་ཁྱེད་ལ་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་བདག་  
ཁྱེད་ཀྱང་སྒོ་ངོར་མི་ཁྱེད་ཏེ། བྱེད་མེད་པར་ངས་པའི་སྒོས་བྱེད་མེད་  
པར་ངས་མི་རུས་པའི་ཕྱིར།

དེ་ལ་བདག་ཏུ་སྐྱབ་ན་རེ། བདག་ཡོད་དེ། སྒོ་སྒོན་དུ་མ་བཏང་བར་

དངོས་པོ་ལ་སོགས་མཐོང་བ་ན་སེམས་ཅན་གྱི་སྒོ་སྒྲེ་བའི་ཕྱིར་དང་། སྒོ་སྒྲེ་ན་དུ་  
 བཏང་ན་ཡོད་པ་དམིགས་པའི་ཕྱིར། ལྷ་མའི་དོན་ནི་བདག་མེད་ན་སྒྲེས་བུའི་བྱུང་  
 གཟུགས་སོགས་ཀྱི་དབྱིབས་མཐོང་བ་ན། དབྱིབས་ཁོ་ནའི་སྒོ་སྒྲེ་བར་འགྱུར་  
 གྱི། སེམས་ཅན་གྱི་སྒོ་སྒྲེ་བར་མི་དགས་པ་ལ་སེམས་ཅན་གྱི་སྒོ་སྒྲེ་བར་མཐོང་  
 བའི་ཕྱིར། བྱུང་པོ་ཅམ་ལས་མ་གཏོགས་པའི་བདག་གམ་སེམས་ཅན་ཡོད་དོ། །  
 དེ་བཞིན་ཆོར་བ་བདེ་སྤྱག་མཐོང་བ་ན་ཆོར་བ་ཁོ་ནའི་སྒོ་སྒྲེ་བར་དིགས་གྱི་དེ་ལས་  
 མ་གཏོགས་པའི་ཆོར་བ་བདེ་བ་ཤས་ཆེར་སྒྱུད་པ་ལ་སེམས་ཅན་མཐོན་པོའི་སྒོ་  
 དང་། སྤྱག་བསྐལ་ཤེས་ཆེར་སྒྱུད་པ་ལ་སེམས་ཅན་དམའ་བའི་སྒོ་སྒྲེ་བར་མི་  
 དིགས་པར་ཐལ་བ་དང་། ལྷས་བྱིན་སོགས་མིང་ཐ་སྙད་འདོགས་པ་ན་འདུ་ཤེས་  
 ཁོ་ནའི་སྒོ་སྒྲེ་ཡི་དེ་ལས་མ་གཏོགས་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་སྒོ་སྒྲེ་བར་མི་དིགས་པར་  
 ཐལ་བ་དང་། ཆགས་སོགས་གྱིས་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། དད་སོགས་  
 འདུ་བྱེད་པ་ན། འདུ་བྱེད་ཁོ་ནའི་སྒོ་སྒྲེ་ཡི། དེ་མ་གཏོགས་པའི་མཁས་པ་དང་།  
 བྱིས་པའི་སྒོ་མི་སྒྲེ་བར་ཐལ་བ་དང་། མིག་སོགས་གྱི་སྒོ་ནས་རྣམ་ཤེས་ཡུལ་ལ་  
 འདུག་པ་ན། རྣམ་ཤེས་གྱིས་མཐོང་སྒྲུལ་པའི་སྒོ་སྒྲེ་ཡི། བདག་གིས་མཐོང་སྒྲུལ་  
 པའི་སེམས་ཅན་གྱི་སྒོ་མི་སྒྲེ་བར་ཐལ་བ་ལས་སེམས་ཅན་གྱི་སྒོ་སྒྲེ་བའི་ཕྱིར།  
 རྣམ་ཤེས་ལས་མ་གཏོགས་པའི་སེམས་ཅན་ཡོད་ལ། གཞན་ཡང་བྱུང་པོ་ཅམ་  
 ལས་མ་གཏོགས་པའི་བདག་མེད་ན། བདག་གིས་གཟུགས་མཐོང་བར་གྱུར་  
 ཏོ། །མཐོང་བར་བྱའོ་སྒྲུལ་པ་ན། བདག་གི་སྒོ་སྒྲེ་ན་དུ་བཏང་མི་དགོས་པར་བྱུང་

པོ་ཅམ་གྱི་སློ་སྤྲོན་དུ་བཏང་རིགས་པ་ལས་སློ་སྤྲོན་དུ་བཏང་ནས་ཡུལ་ལ་འཇུག་པ་  
ན་བདག་གི་སློ་ངེས་པར་བཏང་དགོས་པའི་ཕྱིར། སྤང་པོ་ཅམ་ལས་མ་གཏོགས་  
པའི་བདག་ཡོད་དོ། །མདོར་ན་སེམས་ཅན་ནོ་སྒྲུམ་པའི་སློ་ཆོས་ཅན། དོན་ཇི་ལྷ་  
བ་བཞིན་འཇུག་པ་ཡིན་ཏེ། སློ་སྤྲོན་དུ་མ་བཏང་བར་དངོས་པོ་མཐོང་བ་ན་འཇུག་  
པའི་སློ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དཔེར་ན་སློ་འཇིན་བཞིན་ཞེས་ཟེར་རོ།

དེ་དགག་པ་ནི། དོན་བཅུའི་སློ་ནས་ཤེས་པར་བྱས་ཏེ། དེ་ལ་གྲོལ་བ་  
དོན་དུ་གཉེར་བ་རྣམས་ཀྱིས་འཇིག་ལྷའི་ཞེན་ཡུལ་མ་ལུས་པ་ཁེགས་ཤིང་། གང་  
ཟག་ཅམ་ངེས་པར་ཁས་སྤང་དགོས་ན། རིགས་པས་ཀྱང་འབྱུབ་པའི་དགག་སྒྱུབ་  
གྱི་ཚུལ་ལ་མ་ཁས་པར་བྱ་ཡི། གཞན་དུ་ན་ཚོམ་པ་ཐམས་ཅད་དོན་མེད་དུ་འབྱུར་  
བས་སོ། །གང་ཟག་ཅམ་དགག་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ན། བྱད་པར་གང་དང་བཅས་  
པ་ཡིན་སྒྲུམ་ན། མདོ་སྤྱེ་མང་པོར་གང་ཟག་བདེན་པ་བ་འགོག་ཅེས་པ་དང་།  
གཞི་བསྐྱུ་བར་དོན་དམ་པ་དང་། རྣམ་པར་གཏན་ལ་དབབ་པ་བསྐྱུ་བ་དང་།  
མདོ་རྒྱན་དང་མཛོད་འབྲེལ་རྣམས་སུ་ཇུས་ཡོད་འགོག་ཅེས་པ་ཀུན་དོན་གཅིག་  
པས། དེ་ལ་ཇུས་བརྟགས་གྱི་དོན་ནི། ཆོས་གང་ཞིག་སློ་ཡུལ་དུ་འཆར་བ་རང་  
དང་མཆན་ཉིད་མི་མཐུན་པའི་གཞི་གཞན་གྱི་རྣམ་པ་ཤར་བ་ལ་ངེས་པར་བསྐྱོས་  
པ་ནི་བརྟགས་པར་ཡོད་པ་དང་། དེ་ལྟ་བུ་ལ་ནི་མ་བསྐྱོས་པར་རང་དབང་དུ་  
འཆར་བ་ནི་ཇུས་སུ་ཡོད་པ་ཞེས་བྱའོ།

དང་པོ་སློ་སྤྲོན་དུ་མ་བཏང་བར་དངོས་པོ་ལ་སོགས་མཐོང་བ་ན་སེམས་



ཅན་གྱི་སྒོ་སྒྲེ་བར་མཐོང་བས་སེམས་ཅན་རྣམས་ཡོད་དུ་འདོད་པ་དགག་པ་ནི།  
 སྤྱི་དེ་དངོས་པོ་ལ་སོགས་མཐོང་ནས་དེ་ཉིད་ལ་སེམས་ཅན་གྱི་སྒོ་སྒྲེ་བ་ཡིན་  
 བཅ། དེ་ལས་གཞན་མཐོང་ནས་གཞན་དེ་ལ་སྒྲེ་བ་ཡིན། དང་པོ་ལྟར་ན། སྒོ་དེ་  
 ལོག་ཤེས་སུ་ཐལ། སྒོ་དེས་དེ་ཉིད་ལ་སེམས་ཅན་དུ་ཞེན་ཅིང་། སེམས་ཅན་ནི་དེ་  
 ལས་གཞན་དུ་བྱུང་བའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ལྟར་ན་དངོས་པོ་ལ་སོགས་པ་དེ་ཉིད་ཁོ་  
 ན་མཐོང་ནས་སྒོ་དེ་སྒྲེ་བ་ཉམས་སོ།

ཡང་གང་ཞིག་མཐོང་བས་སེམས་ཅན་གྱི་སྒོ་སྒྲེ་བའི་གཞི་དེ་སེམས་ཅན་  
 གྱི་རང་བཞིན་ཡིན་ནམ། དེ་ལས་གཞན་ཡིན། དང་པོ་ལྟར་ན་འང་། སྒོ་དེ་ལོག་  
 ཤེས་སུ་ཐལ། སྒོ་དེ་དང་མཚན་ཉིད་མི་མཐུན་པའི་རང་རྒྱ་བར་ཤར་བའི་ཕྱིར།  
 ཕྱི་མ་ལྟར་ན་བུམ་བའང་སྒྲུབ་བའི་སྒོ་སྒྲེས་བའི་རྒྱར་ཁས་སྒྲུང་དགོས་སོ། །ཡང་  
 སེམས་ཅན་མ་ཡིན་པ་ལ་སེམས་ཅན་གྱི་སྒོ་སྒྲེ་བར་འདོད་དམ་མི་འདོད། མི་  
 འདོད་ན་མངོན་སུམ་གྱིས་གསལ་ཏེ། ཐོ་ལ་མིའི་སྒོ་སྒྲེ་བར་ཁྱོད་བས་སོ། །  
 འདོད་ན་སེམས་ཅན་གྱི་སྒོ་དོན་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་འཕྲུག་པར་སྒྲུབ་པའི་སྒྲུབ་གྱི་རྟགས་  
 དེ་མ་ངས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་ལ་སེམས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་སྒོ་སྒྲེ་བར་  
 འདོད་མི་འདོད་དང་། སེམས་ཅན་གཞན་ལ་སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་སྒོ་སྒྲེ་བར་  
 འདོད་མི་འདོད་བརྟགས་ནས་དགག་པར་བྱ་སྟེ། སྒྲུབ་མཉིད་གྱིས་རྟགས་པར་  
 བྱའོ། །ཡང་སེམས་ཅན་གྱི་སྒོ་སྒྲེ་བའི་གཞི་དེ་མངོན་གྱུར་ཡིན་ནམ་སྟོག་གྱུར་  
 ཡིན། དང་པོ་ལྟར་ན་དངོས་པོ་ལ་སོགས་པ་དེ་ཉིད་སེམས་ཅན་དུ་ཐལ། དེ་ལས་

མ་གཏོགས་པའི་གཞི་གཞན་མངོན་སུམ་གྱིས་མ་མཐོང་བའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་ལྟར་ན་  
ཕྱིས་པ་ཆུང་དུ་མ་བཏགས་པར་འདུག་པ་ན་སེམས་ཅན་གྱི་སྒྲོ་མི་སྒྲེ་བར་འགྱུར་  
རོ།

གཉིས་པ་སྒྲོ་སྒྲོན་དུ་བཏང་ནས་དབྱེད་པ་དམིགས་པ་ན། སེམས་ཅན་གྱི་  
སྒྲོ་སྒྲེ་བས་བདག་ཡོད་པར་འདོད་པ་ནི་འོག་ཏུ་འགོག་པར་འགྱུར་རོ།

གསུམ་པ་ཕུང་པོ་ལ་འདོགས་པ་ནི། ཕུང་པོ་དེ་ཉིད་ལ་སེམས་ཅན་དུ་  
བཏགས་པ་ཡིན་ནམ། མཐུལ་གྱི་ཆོས་བྱ་བཞིན་ཕུང་པོ་ལ་གནས་པ་ཡིན་ནམ།  
ཐུར་མ་གཤིབས་པ་བཞིན་དུ་ཕུང་པོ་ལས་གཞན་ཡིན་ནམ། ཕུང་པོ་གཏན་མེད་  
ཡིན། དང་པོ་ལྟར་ན་ཕུང་པོ་ལས་དོན་གཞན་རང་རྒྱ་བར་གྲུབ་པ་ཉམས་སོ། །  
གཉིས་པ་ལྟར་ན། གང་ཟག་དེ་རྟག་གམ་མི་རྟག། རྟག་ན་བདེ་བས་ཕན་བ་དང་།  
སྐྱག་བསྐྱུལ་གྱིས་གནོད་མི་རྣམས་བས་ཆོས་དང་ཆོས་མ་ཡིན་པའི་ལས་གསོག་  
བར་མི་འགྱུར། དེ་ལྟར་ན་ལུས་མི་ལེན་བས་གང་ཟག་ཁས་སྦྱངས་པ་དགོས་པ་  
མེད་པར་འགྱུར་རོ། མི་རྟག་ན་འང་ཕུང་པོ་ལས་དོན་གཞན་པའི་སྒྲེ་འཛིག་བྱེད་  
པ་དམིགས་དགོས་ན་མི་དམིགས་པའི་ཕྱིར་མི་འཐད་དོ། །གསུམ་པ་ལྟར་ན་གང་  
ཟག་འདུས་མ་བྱས་སུ་ཐལ། ཕུང་པོ་ལས་དོན་གཞན་དུ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། འདོད་  
ན་འང་དགོས་མེད་དུ་འགྱུར་རོ། བཞི་པ་ལྟར་ན། འབད་མེད་དུ་གྲོལ་བར་  
འགྱུར་ཏེ། འཆིང་བྱེད་སུ་དང་ཡང་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར།

བཞི་པ་མཆོན་ཉིད་རྣམས་པར་བཞག་པ་ནི། ཕུང་པོ་ཅོམ་ལས་མ་གཏོགས་

བའི་གང་ཟག་ཡོད་ན། དེ་ལྷ་བ་པོ་དང་ཉན་པ་པོ་སོགས་དང་རང་བཞིན་གཅིག་  
 ཡིན་ནམ། ཐད་དེ་ཡིན། དང་པོ་ལྷ་ར་ན། ལྷ་བ་པོ་ལྷ་བུ་ལ་བརྟགས་པ་ཡིན་ནམ།  
 ལྷ་བ་ལས་དོན་གཞན་ཡིན། དང་པོ་ལྷ་ར་ན། ལྷ་བ་པོ་དེ་ཉིད་གྱིས་དགོས་པ་  
 ཐམས་ཅད་འགྲུབ་ལ། དེ་ལས་དོན་གཞན་དགོས་པ་མེད་ཅིང་། སྤར་ཁས་  
 སྤངས་པ་ཉམས་སོ། །གཉིས་པ་ལྷ་ར་ན་ལྷ་བའི་ལས་སམ་བྱེད་པ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་  
 དགོས་ཏེ་དོན་གཞན་གྱི་འབྲེལ་བ་ཁས་སྤངས་བས་སོ། །ལས་ཡིན་ན། བྱེད་པ་  
 འཇུག་པའི་གཞིར་འགྱུར་དགོས་པས། ས་བོན་བཞིན་དུ་རིགས་འབྲུགས་དུ་  
 བསྐྱེད་པའི་སློན་ས་སམ། རྩ་ཁམས་ནམ། རྩ་འབྲུལ་དང་ལྷན་པའི་མི་བཞིན་དུ་  
 བསྐྱུར་པའི་སློན་ས་སམ། ས་བཞིན་དུ་རྟེན་པའི་སློན་ས་སམ། རྣམ་མཁའ་བཞིན་  
 དུ་གོ་འབྱེད་པའི་སློན་ས་ཡིན། དང་པོ་ལྷ་ར་ན་ལྷ་བ་པོ་མི་རྟག་བར་འགྱུར་བས་  
 རྟག་བར་འདོད་པ་ཉམས་སོ། །གཉིས་པ་ལྷ་ར་ན་མི་རྟག་པ་དང་ཀུན་རྫོབ་པར་  
 འགྱུར་བས་རྟག་པ་དང་དོན་དམ་པར་འདོད་པ་ཉམས་སོ། །རྩ་འབྲུལ་ཅན་གྱི་  
 སྤྱུལ་ཆ་འགའ་རང་དབང་དུ་སྤྱུལ་བཞིན་དུ་དེ་འང་རང་དབང་ཅན་ཡིན་ན། ལྷ་བ་  
 པོ་འགའ་ཡང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཅན་དུ་མི་འགྱུར་རོ། །གསུམ་པ་ལྷ་ར་ན། ལས་རྒྱ་བ་  
 དང་མི་རྒྱ་བའི་རྟེན་བྱེད་ཅིང་འཇིག་བར་དམིགས་པ་བཞིན་དུ་འདིས་ཀྱང་བྱེད་  
 པར་དམིགས་དགོས་ན་མ་དམིགས་སོ། །བཞི་པ་ལྷ་ར་ན་ནམ་མཁའ་ལ་བརྒྱུང་  
 བསྐྱུལ་སོགས་བྱེད་ཅུས་ཤིང་གོ་མི་འགོག་པ་བཞིན་དུ་ལྷ་བ་པོ་ལ་འང་དམིགས་  
 དགོས་ན་མ་དམིགས་སོ། །

གཞན་ཡང་། རྣམ་མཁའ་དགག་བྱ་རྣམ་པར་བཅད་ཅུ་ལ་འཛོག་པ་  
 བཞིན་དུ་ལྷ་བ་པོ་འང་འཛོག་ན་རང་དབང་དུ་སློབ་འཆར་བ་ཉམས། །དེ་བྱེད་པ་  
 ཡིན་ན། ཟླ་བ་བཞིན་དུ་ལས་ལ་འཇུག་པ་བྱེད་པ་པོ་ལ་ངེས་པར་རག་ལས་པ་  
 ཡིན་ནས། མེ་བཞིན་དུ་ངེས་འགའ་བྱེད་པ་པོ་མེད་པར་ལས་ལ་རང་དབང་འཇུག་  
 པ་ཡིན། དང་པོ་མི་རིགས་ཏེ། དེ་ལ་དཔྱོད་བྱེད་དང་དབྱེད་བྱ་སོ་སོར་དམིགས་  
 པ་བཞིན་དུ་ལྷ་བ་པོ་ལ་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ལྷར་ན་བྱེད་པ་པོ་ཆད་  
 འོགས་ནས་གང་ཟག་ཁས་སྦྲངས་པ་དགོས་པ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །གང་ཟག་དེ་  
 ལྷ་བ་པོ་སོགས་དང་འབྲེལ་མེད་དོན་གཞན་ཡིན་ན། ཆད་མ་ཐམས་ཅད་ལོག་  
 རྣམ་མེད་པའི་གང་ཟག་ཁས་སྦྲངས་པར་དགོས་པ་མེད་དོ།

ལྷ་བ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་དང་རྣམ་བྱང་རྣམ་པར་བཞག་པ་ནི། གང་  
 ཟག་དེ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་དང་། རྣམ་བྱང་གི་མཚན་ཉིད་དང་ལྷན་པ་ཡིན་ནས།  
 དེ་ལས་དོན་གཞན་ཡིན། དང་པོ་ལྷར་ན། སྤང་པོ་ལས་དོན་གཞན་གྱི་གང་ཟག་  
 མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། ཟས་གོས་སོགས་ཀྱིས་པན་པ་དང་། འབྱུང་བ་འབྱུགས་པ་  
 སོགས་ཀྱིས་གནོད་ཅིང་། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ནི་སྤང་པོ་ཁོན་ལས་མཐོང་གི་  
 གཞན་ལ་མ་མཐོང་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ལྷར་ན། བདག་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་  
 དང་། རྣམ་པར་བྱང་ཞེས་བྱ་བ་ཉམས་སོ།

སློ་སློན་དུ་བཏང་ནས་དཔྱོད་པ་དམིགས་པས་བདག་ཡོད་པར་འདོད་པ་  
 འགོག་པ་ནི། དཔྱོད་པ་སློའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་ངམ། བདག་གི་རྒྱ་ལས་བྱུང་། དང་

པོ་ལྟར་ན། རྒྱུ་སྤྱོད་པའི་བདག་གི་དབྱེད་པ་ཞེས་པ་ཉམས་སོ། །གཉིས་པ་  
ལྟར་ན། སྒོ་སྒོན་དུ་བཏང་བའི་དབྱེད་པར་འགལ་ལོ། །དབྱེད་པའི་རྒྱུ་རྟག་  
གམ་མི་རྟག་ རྟག་ན་དབྱེད་ཅེས་པ་ཉམས་སོ། །མི་རྟག་ན་བདག་གི་དབྱེད་པར་  
མི་རིགས་ཏེ། བདག་རྟག་རྒྱུ་སྤྱོད་པས་སྤངས་པས་སོ། །དབྱེད་པ་པོ་སེམས་ཅན་  
དེ། ཙུལ་བའི་བདག་ཉིད་ཡིན་ནམ། མི་ཙུལ་བའི་བདག་ཉིད་ཡིན། དང་པོ་ལྟར་  
ན་འང་དབྱེད་ཅེས་བྱ་བར་མི་རིགས་ཏེ། སེམས་ཅན་རྟག་པར་ཁས་སྤངས་པས།  
ཡང་གསར་དུ་དབྱེད་པ་མི་འཐད་བའི་བྱིར། གཉིས་པ་ལྟར་ན་མི་ཙུལ་བ་ཙུལ་  
ཞེས་བྱ་བར་འགྱུར་བས་འགལ་ལོ། །སེམས་ཅན་གྱིས་དབྱེད་པ་དེ་ལ་རྒྱུ་ཡོད་  
དམ་མེད། མེད་ན་རྟག་ཏུ་དབྱེད་པར་འགྱུར་ལ། ཡོད་ན་དེ་ལ་འང་རྒྱུ་གཞན་ཞིག་  
སྒོན་དུ་བཏང་དགོས་པས་བདག་གིས་རང་དབང་དུ་དབྱེད་པ་ཉམས་སོ། །དབྱེད་  
པ་དེ། རང་དབང་དུ་དབྱེད་པ་ཡིན་ནམ། གཞན་དབང་གིས་དབྱེད་པ་ཡིན།  
དང་པོ་ལྟར་ན། སྤྱི་ཆ་ན་འཆི་སོགས་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱང་མི་སྤོང་བར་འགྱུར་ཏེ།  
གང་བྱེད་རང་དབང་ཡོད་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་ལྟར་ན། བདག་གིས་དབྱེད་པར་  
མི་རུང་སྟེ། བདག་རང་དབང་ཅན་དུ་ཁས་སྤངས་པའི་བྱིར།

དུག་པ་འཇུག་པ་དང་ལྷོག་པ་རྣམ་པར་བཞག་པ་ནི། གང་ཟག་འཇུག་  
པའི་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་འཇུག་ཀྱང་འཇུག་ལ་ལྷོག་ཀྱང་ལྷོག་གམ།  
འཇུག་པའི་མཚན་ཉིད་དང་མི་ལྡན་པ་ཞིག་དེ་ལྟར་འདོད། དང་པོ་ལྟར་ན་ཡུང་པོ་  
ལས་མ་གཏོགས་པའི་གང་ཟག་མེད་པར་འགྱུར་ཏེ། ཡུང་པོའི་ཆོས་ཙམ་ཁོན་ལ་

འཇུག་པའི་བྱ་བ་དམིགས་ཏེ། འདི་ལྟར་རྒྱ་དང་ལྟན་པའི་སྒོ་ནས་འཇུག་པ་ཁྱུ་  
 ཁྱེད་མོགས་ལས་རང་གི་ལུས་ལྟ་བུ་དང་། སྐྱེ་བའི་ངང་ཅན་གྱིས་འཇུག་པ་སྐྱུ་བྱ་  
 ལྟ་བུ་དང་། འཇིག་པའི་ངང་ཅན་གྱིས་འཇུག་པ་རྒྱ་ཁྱུང་རིམ་པས་འཛད་པ་ལྟ་བུ་  
 དང་། གཞན་དང་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་འཇུག་པ་མར་མེ་རིགས་འདྲ་ཡུལ་གཞན་  
 ཏུ་འཇུག་པ་ལྟ་བུ་དང་། འགྱུར་བའི་འཇུག་པ་བྱ་བ་མི་འདྲ་བ་གཞན་བྱས་ནས་  
 ཡང་གཞན་ལ་འཇུག་པ་དང་། བཞོན་བཞོན་ནས་འགྱུར་བ་ལྟ་བུ་ལོ། །གཉིས་པ་  
 ལྟར་ན། བདག་འཇུག་པ་ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ། དེའི་མཆོན་ཉིད་དང་མི་ལྟན་པའི་  
 སྤྱིར། འཇུག་པ་ཉམས་པ་ཉིད་ཡིན་ལ། དེའང་འཇུག་པ་སྒོན་དུ་འགྲོ་བ་ལ་ངས་  
 བར་བལྟོས་པས་ལྟོག་པའང་ཞར་ལ་དབྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

བདུན་པ་ཟ་བ་པོ་དང་། བྱེད་པ་པོ་དང་། གྲོལ་བ་པོ་རྣམ་པར་བཞག་པ་  
 རི། ཡུལ་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་བདེ་བ་དང་། སྐྱུག་བསྐྱུལ་གྱིས་འགྱུར་བ་ཞིག་ཟ་བ་  
 པོར་འདོད་དམ། མི་འགྱུར་བ་ཞིག་འདོད། སྤྱི་མ་ལྟར་ན་ཟ་བ་པོར་མི་རིགས་  
 ཏེ། ཟ་བྱ་ལོངས་སྤྱད་ནས་ཕན་གཞོད་བྱེད་པ་ཞིག་ཟ་བ་པོ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དང་  
 པོ་ལྟར་ན། བདག་རྒྱས་ཡོད་དོན་མེད་དེ། འདུ་བྱེད་ཆོས་ཙམ་ཁོ་ན་ལ་འགྱུར་བ་  
 མཐོང་བའི་སྤྱིར། འགྱུར་བའི་ཉེས་པ་འོག་མ་གཉིས་ལ་འང་ཤེས་པར་བྱལོ། །  
 སེམས་ཀྱི་འགྱུར་བ་ཞིག་བྱེད་པོར་འདོད་དམ། མི་འགྱུར་བ་ཞིག་འདོད། མི་  
 འགྱུར་ན་བྱེད་པོ་ཉམས་ཏེ། སེམས་ཀྱི་འགྱུར་བ་ཞིག་བྱེད་པ་པོ་གང་ཟག་ཏུ་  
 རིགས་པའི་སྤྱིར། ཉོན་མོངས་པ་དང་ཉེ་བའི་ཉོན་མོངས་པས་འགྱུར་བ་ཞིག་གྲོལ་

བ་སོགས་འདོད་དམ། མི་འགྱུར་བ་ཞིག་འདོད། མི་འགྱུར་ན་སྤར་བཅིངས་པར་  
མ་གྱུར་བའི་ཕྱིར། ཕྱིས་གྲོལ་བར་ག་ལ་རིགས།

བརྒྱད་པ། བྱེད་པར་ལྷོག་པ་ནི། བྱེད་པོ་བདག་ཁོ་ན་ལ་འཛོག་གས།  
གཞན་ལ་འང་རུང་། དང་པོ་ལྟར་ན་མེ་སྲེག་གི་འོད་གྱིས་སྤར་བར་བྱེད་དོ་ཞེས་  
སོགས་མི་རིགས་པར་འགྱུར་རོ། །གཉིས་པ་ལྟར་ན། ལྷ་བ་དང་ཉན་པ་སོགས་  
ལ་བྱེད་པ་པོར་བདགས་པ་དེས་ཆོག་གི། །རྫས་ཡོད་ཁས་སྤངས་པ་མེད་དོ།

དགུ་པ་བཙུན་པར་དགོས་པ་ནི། གང་ཟག་གི་ཐ་སྙད་བདག་ཁོ་ན་ལ་  
འཇུག་གས། གཞན་ལ་འང་འཇུག། དང་པོ་ལྟར་ན། སྐྱེས་བུའི་ལུས་ལ་  
དམིགས་ནས་སངས་རྒྱས་ཕྱིན་ཡོན་ཏན་བཤེས་གཉེན་སོགས་ཀྱི་ཐ་སྙད་འཇུག་པ་  
མི་རིགས་པར་འགྱུར་རོ། །བྱིས་ལྟར་ན་ལྷ་བ་པོ་སོགས་ལ་འང་འཇུག་པས་དེ་  
ཙམ་གྱིས་ཆོག་གི་བདག་དོན་མེད་དོ།

བརྒྱ་པ་དེ་ལྟར་འདོགས་པ་ནི། བདག་ལྷ་བུ་དེ་དགོ་བ་ཡིན་ནམ་མི་དགོ་  
བ་ཡིན། དགོ་བར་མི་རིགས་ཏེ། མོངས་པ་རྣམས་ལ་ལྷག་པར་ཡང་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་  
དང་། འབད་པའི་སྦྱོར་བ་མེད་པར་ཡང་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་དང་། ཐར་པ་ལ་སྐྱག་པ་  
བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཉེས་པ་ཆགས་སོགས་གསོ་བར་བྱེད་པ་མཐོང་བའི་ཕྱིར།  
མི་དགོ་བ་ཡིན་ན་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཞེན་ཡུལ་ལ་འབྱུལ་བ་ཡིན་པས། དེའི་སྦྱོར་ས་  
བདག་ཡོད་པར་སྐྱབ་མི་རུས་སོ། །བདག་མེད་པར་ལྷ་བའང་མི་དགོ་བ་ཡིན་པ་  
མི་རིགས་ཏེ། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་མཆོག་ཏུ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་དང་། འབད་

པ་ཆེན་པོས་སྐྱབ་དགོས་པ་དང་། ཐར་བ་ལ་སྐྱབ་པ་མི་བསྐྱེད་པ་དང་། དཀར་  
 པོའི་འབྲས་བུ་འབྲས་ལ་དུ་ཐོབ་པ་དང་། ཉེས་པའི་གཉེན་པོ་བྱེད་པའི་ཕྱིར། དག་  
 པ་ཡིན་ནའང་བདག་ལྷ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པས། དེའི་སློན་ནས་བདག་ཡོད་པར་སྐྱབ་མི་  
 ཉུས་སོ། །གཞན་ཡང་བདག་དེ་ཡུལ་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་གནས་པས། དེའི་དབང་  
 གིས་བདག་ལྷ་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ནས། བདག་མེད་བཞིན་དུ་ཚུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་  
 གོམས་པའི་དབང་གིས་ཡོད་པར་སློབ་ཏུ་གསུམ་པ་ཡིན། དང་པོ་ལྟར་ན། སངས་  
 རྒྱུས་པ་རྣམས་ལ་བདག་མེད་གྱི་ངེས་པ་མི་བསྐྱེད་པར་ཐལ་ཏེ། བདག་ལྷ་དངོས་  
 པོའི་སློབས་གྱིས་སྐྱེས་པ་དེས་གོགས་བྱས་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་ལྟར་ན། དེའི་སློ་  
 ཉུས་བདག་ཡོད་པར་སྐྱབ་མི་ཉུས་པར་འགྱུར་རོ།

མདོར་ན་ཆོག་གས་རྒྱན་གང་ལའང་བཏགས་པ་ཙམ་མ་ཡིན་པའི་གང་ཟག་  
 ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་མེད་དེ། སྤང་པོ་དང་རང་བཞིན་གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་  
 དུའང་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་མདོར་བསྐྱེད་པའོ། །བདག་ཡོད་པར་དོགས་པ་  
 སྐྱེ་བའི་རྒྱ་ནི་འཛིག་ལྷ་ལྷན་སྐྱེས་ལ་ཇི་ལྟར་སྤང་བ་ལྟར་ཆད་མར་བྱས་པ་ཡིན་ལ།  
 ལྷན་སྐྱེས་ལའང་སྤང་པོ་ལས་དོན་གཞན་པའི་བདག་ཁོ་ན་སྤང་སྟེ། སྤང་པོ་འདི་  
 དོར་ནས་འདི་ལས་བཟང་བ་གཞན་དོན་དུ་གཉེར་གྱི་བདག་དོར་བར་མི་འདོད་  
 པའི་ཕྱིར། གང་ཟག་གཅིག་རྣམས་སུ་ཡོད་པ་བཀག་པ་ན་ཤུགས་གྱིས་གང་ཟག་  
 བཏགས་པ་ཙམ་དུ་ཡོངས་གཙོ་དུ་གང་ཟག་ཙམ་ནི་སྐྱེས་ཀྱང་ཁས་སྤང་བར་བྱ་  
 དགོས་ལ། བཏགས་པ་ཙམ་ནི་རྣམས་ཡོད་བཀག་པའི་ཤུགས་ལ་རྟོགས་པར་བྱ་བ་



ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་དག་ན་རེ་སྟོ་འབྲུལ་པའི་ཞེན་ཡུལ་ལ་དགག་བ་རྒྱས་པར་  
 བྱས་ནས། སྟོ་འགོག་པར་འདོད་བ་ནི་སྟོས་བ་ཕྱིའི་ཚོད་བྱ་བ་ཡིན་པས་སྐར་ཡང་  
 སྟོས་བ་འཕེལ་ནས་རྒྱག་བ་མེད་པར་འགྱུར། །།མཆོ་ལྟོ།།

༡༡། །དབུ་མ་ཐལ་འགྱུར་བའི་ལུགས་ཀྱི་ཟབ་ལམ་དབུ་  
མའི་ལྟ་བུ་བྱིད་ཅེས་བྱ་བ་བཞུགས་པའི་བེའུ་བུ་མ་མོ།།

ཨ་ཧྲེ་ཙོང་ཁ་བ་སྒོ་བཟང་གྲགས་པ། ༡༣༥༡-༡༣༧༩

༡༡། །རྩི་རྩ་པོ་ཆེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་དང་རྩི་བཙུན་འཇམ་པའི་  
དབུངས་དབྱེར་མེད་པའི་ཞབས་ཀྱི་སྒོ་ལ་སྐྱེ་བ་དང་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་བྱུག་  
འཆལ་ཞིང་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །ཐུགས་བརྩེ་བ་ཆེན་པོས་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ་རྩིས་  
སུ་བཟུང་དུ་གསོལ་ལོ།།

འདིར་དབུ་མ་ཐལ་འགྱུར་བའི་ལུགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་བསྒྲོམ་པའི་ཚུལ་ལ་  
གསུམ། སྒྲོན་འགོ་ །དངོས་གཞི། རྩིས་སོ། །དང་པོ་ནི། རྩི་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་  
པའི་བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་ཆེ་ཆུང་ནས་གསུངས་པའི་སྒྲ་མའི་ནལ་འབྱོར་དང་།  
སྐྱེས་བུ་ཆུང་འབྲིང་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་སྦྱོང་སྒྲོར་དང་། རྒྱལ་སྐུས་ཀྱི་སྦྱོང་  
བ་སྦྱོས་སྦྱོབ་དང་བཅས་པ་ལྟ་བུ་ཀྱི་སྒྲོན་འགོ་ཡིན་ལ། ཁྱད་པར་དུ་གསུང་རབ་ཀྱི་  
གནད་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་མཁྱེན་པའི་མཁས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ངི་མ་མེད་པའི་  
གཞུང་མཉན་ཏེ་ཐོས་བསམ་གྱི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྟ་བུ་སྦྱོང་  
བ་ལ་སོགས་ལྟག་མཐོང་གི་རྒྱ་ཆོགས་གསུངས་པ་རྣམས་དང་། བདག་མེད་  
རྟོགས་པའི་ལྟ་བུ་པོ་ཕན་ཡོན་ཞིབ་དུ་བསམས་ནས་ངེས་པ་དྲག་པོ་སྐྱེས་པའི་

སྒྲོབས་ཀྱིས་ལྷ་བ་ལ་ཚོལ་འདོད་སྒྲུས་པ་གཅིག་དང་། དེ་ཡང་འབགས་པ་སྒྲུ་  
 སྒྲུབ་ཀྱི་དགོངས་པ་དཔལ་ལྷན་ཆེན་བས་བཀྲལ་བའི་རྗེས་སུ་ཞུགས་ན་ལྷ་བའི་  
 གནད་མཐར་ཐུག་བ་རྟེན་པར་འགྱུར་བའི་ཚུལ་ལ་ངེས་པ་སྒྲུས་ནས་ལུགས་དེའི་  
 ལྷ་བ་སྒྲོང་ཚུལ་ལ་ཤེས་འདོད་སྒྲུས་པ་གཅིག་ནམས་ལྷ་བྱིད་ཀྱི་སྒྲོན་འགྲོའི་གཙོ་  
 བོར་ཤེས་པར་བྱས་ལ་དེ་དག་རྒྱུད་ལ་སྒྲུབ་པའི་ཐབས་ལ་འབད་བར་བྱའོ།

གཉིས་པ་དངོས་གཞི་ལ། རབ་རྩ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་གང་ཟག་དང་ཚོས་  
 ལ་བདག་མེད་པ་གཉིས་སུ་བྱངས་ངེས་ཤིང་། གོ་རིམ་ཡང་དགག་གཞི་གང་  
 ཟག་གི་སྟེང་དུ་དགག་བྱ་གང་ཟག་གི་བདག་དང་། དེ་རྣམ་པར་བཅད་པ་གང་  
 ཟག་གི་བདག་མེད་པ་དང་། དགག་གཞི་ཕུང་པོའི་སྟེང་དུ་དགག་བྱ་ཚོས་ཀྱི་  
 བདག་དང་། དེ་རྣམ་པར་བཅད་ཅམ་ཚོས་ཀྱི་བདག་མེད་པ་གཉིས་ལ་སྤྲ་རགས་  
 མི་འདོད་ཀྱང་། ངེས་དཀའ་སྤྲོ་ཡོད་པས། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཐོག་མར་  
 བསྐྱོམས་ནས་དེ་ནས་ཚོས་ཀྱི་བདག་མེད་བསྐྱོམ་པར་གོ་རིམ་ངེས་སོ།

དེས་ན་བདག་མེད་གཉིས་བསྐྱོམ་པའི་ཚུལ་ལ་གཉིས། གང་ཟག་གི་  
 བདག་མེད་བསྐྱོམ་པ་དང་། ཚོས་ཀྱི་བདག་མེད་བསྐྱོམ་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས།  
 ང་རང་བཞིན་མེད་པར་བསྐྱོམ་པ་དང་། ང་ཡི་བ་རང་བཞིན་མེད་པར་བསྐྱོམ་  
 པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། མཉམ་གཞག་ནམ་མཁའ་ལྷ་བུའི་རྣལ་འབྱོར་དང་།  
 རྗེས་ཐོབ་སྤྱུ་མ་ལྷ་བུའི་རྣལ་འབྱོར་འོ། །དང་པོ་ལ་བཞི། ངོ་སྤྲུམ་པའི་སྒྲོ་ལྷན་  
 སྒྲུས་ལ་ཁྱད་གཞི་ངའི་རྣམ་པ་ལགས་པར་ཤར་ནས་ང་སྤྲང་བར་བྱེད་པའི་གནད་

ཤེས་པ་དང་། སྤང་ཚུལ་དེར་བྱུང་ན་གཅིག་ཐད་དུ་ལས་སྤང་གསུམ་མི་སྲིད་པས་  
 ང་དང་ངའི་སྤང་པོ་གཉིས་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བ་ལྷ་མེད་ཀྱི་གཅིག་དང་། རང་  
 བཞིན་གྱིས་བྱུང་བ་ལྷ་བཅས་ཀྱི་ཐད་དུ་གང་དུང་ཞིག་དུ་ངེས་པ་བྱུང་བ་ངེས་པ་  
 དང་། ང་དང་ངའི་སྤང་པོ་གཉིས་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བའི་གཅིག་དང་ཐད་དུ་  
 མིན་པར་ངེས་པ་སྟོགས་ཆོས་ངེས་པ་དང་། དགག་གཞི་ལ་དགག་བྱ་རྣམ་པར་  
 བཅད་པ་རྟགས་ཀྱི་བསྐྱུབ་བྱ་ངེས་པའི་གཅིག་དང་དུ་བྱལ་གྱི་རྟགས་སོ།

དང་པོ་ནི། རེ་སྒྲིམ་པའི་སྒྲོ་ལྷན་སྒྲེས་ལ་རང་དང་དུས་མཉམ་པའི་ང་  
 བྱུང་ཆོས་རྣམས་དང་བྱལ་བའི་ང་ཙམ་དེ་སྒྲུ་སྒྲི་ཙམ་མ་ཡིན་པར་དོན་སྟེང་ནས་  
 བྱུང་བ་ལྷ་དུ་ཞིག་སྒྲོ་ལ་སྤང་བ་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བར་སྤང་བ་དང་། རང་  
 གི་ངོ་བོས་བྱུང་བར་སྤང་བ་དང་། རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བར་སྤང་བ་  
 དང་། བདེན་པར་བྱུང་བར་སྤང་བ་ཞེས་ཟེར་རོ། །སྤང་ཚུལ་དེ་ལྟར་བྱུང་ན་གང་  
 ཟག་གི་བདག་དང་། བདེན་པར་བྱུང་བ་སྟོགས་སུ་འགྱུར་ཞིང་། སྒྲོ་དེས་སྤང་  
 ཚུལ་དེ་ལྟར་དུ་བྱུང་བར་འཛིན་པ་བདག་འཛིན་ལྷན་སྒྲེས་སུ་འགྱུར་རོ།

ཁྱིས་པ་ལ་མེ་ལོང་ནང་དུ་བྱུང་བཞིན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་སྤང་བའི་ཆེ་  
 གཟུགས་བརྟན་གྱི་ཆ་འདི་དང་འདི་བྱུང་བཞིན་དུ་སྤང་ལ་འདི་དང་འདི་མི་སྤང་  
 བའི་བྱུང་པར་མེད་པར་ཐམས་ཅད་བྱུང་བཞིན་དུ་སྤང་། དེ་བཞིན་དུ་ངའི་ཆ་འདི་  
 དང་འདི་དོན་སྟེང་ནས་བྱུང་བར་སྤང་ལ་འདི་དང་འདི་དོན་སྟེང་ནས་མ་བྱུང་བའི་  
 ཆ་མེད་པར་ཆ་ཐམས་ཅད་དོན་སྟེང་ནས་བྱུང་བར་སྤང་རོ། །གཟུགས་བརྟན་དང་

བྱད་བཞིན་གཉིས་བར་ལ་མ་བྱད་བ་ལ་གཅིག་ཏུ་འབྲེས་ནས་སྤང་བས་དེའི་སྒྲོས་  
 གཟུགས་བརྟན་ལ་བྱད་བཞིན་དུ་ཞེན། ངའོ་སྐྱམ་པའི་སྒྲོ་ལ་དོན་སྤང་ནས་གྲུབ་  
 བར་སྤང་བ་དང་། དོན་སྤང་ནས་མ་གྲུབ་པ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་འབྲེས་ནས་དེའི་སྤང་  
 བ་ལ་དོན་སྤང་ནས་གྲུབ་པར་ཞེན་པའོ། །དེ་ཡང་ང་སྐྱམ་པའི་སྒྲོ་ལ་སྤང་ཚུལ་ཇི་  
 ལྟར་འདུག་བརྟགས་པའི་ཆོ། ངར་འཛིན་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་སྒྲོ་ལ་ང་སྤང་བའི་སྤང་  
 ལུགས་དེ་ཡོར་ཡོར་བའི་རྣམ་པར་སྤང་གིན་འདུག་ན་བརྟག་མ་ཤེས་པ་ཡིན་  
 ཞིང་། ངའོ་སྐྱམ་པའི་སྒྲོ་དེ་ཐོལ་ཏེ་སྐྱེས་པའི་ཆོ་དེ་ཉིད་ཀྱི་དུས་ན་སྤང་ཚུལ་ངས་  
 བར་བྱེད་དགོས་ཀྱི། དེའི་ཇེས་སུ་རྒྱུན་ལ་ཁོའི་སྤང་ཚུལ་བརྟགས་ཀྱང་གཞན་དང་  
 འབྲེས་ནས་མི་ངས་པས་དེ་ངས་པར་བྱེད་ཚུལ་ནི། ལུས་གནད་བཅོས། སྤྱལ་  
 ཆོགས་བྱང་པོར་བསྐང་། ཤེས་པ་གྲིམས་པོ་སྤྱང་པོ་བྱས་ནས། ངར་འཛིན་ལྷན་  
 སྐྱེས་ཀྱི་སྒྲོ་ལ་ངའོ་སྐྱམ་པ་དེ་སྐྱེས་པ་ན་ཁོ་ལ་སྤང་ཚུལ་ཇི་འདྲ་འདུག་པ་ངས་པར་  
 བྱ་དགོས་སྐྱམ་པའི་ཤེས་བཞིན་གྱི་བྱ་ར་བ་དང་པོར་བཞག། དེ་ནས་ངའོ་སྐྱམ་  
 པའི་སྒྲོ་སྐྱེས་མ་བྱུང་ནའང་ཆེད་དུ་གཉེར་ནས་ངའོ་སྐྱམ་པའི་སྒྲོ་བཅོས་ནས་ཁོ་  
 ཐོལ་ཏེ་སྐྱེས་མ་ཐག་ཏུ་དེའི་སྤང་ཚུལ་བརྟགས་པས་ལུལ་གཞན་དང་མ་འབྲེས་  
 བར་ཁོར་དག་སྤང་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡོད་པ་ཤེས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ཡང་སྤང་ཚུལ་  
 བརྟགས་པའི་སྒྲོ་ནི་ཁོ་དང་དུས་མཉམ་ལ། སྤང་ཚུལ་ངས་པའི་སྒྲོ་ནི་ཁོའི་སྤང་  
 ཅིག་གཉིས་པར་འོང་བ་ཡིན་ནོ།

སྤྱིར་ངར་འཛིན་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་སྒྲོ་ལ་བྱང་པོའི་སྤང་བ་མི་འཆར་ཞིང་བྱད་

བར་ངོ་སྟུང་པའི་སྒོ་དང་དུས་མཉམ་དུ་འང་མི་འཆར་རོ། །འོ་ན་ཕུང་པོའི་སྒྲིང་  
བ་ཁོ་ལ་འཆར་བ་འདྲ་བ་ཞིག་འོང་གི་འདུག་པ་སྟུང་ན། དེ་ཁོའི་སྒྲིང་ལོགས་སུ་  
ཕུང་བ་ཡིན་གྱི་ཁོ་ལ་སྒྲིང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ད་ལྟ་ང་སྟུང་པའི་སྒོ་དེ་མ་ཤོར་བའི་ངང་  
ནས་དལ་བྱས་ཟུར་ནས་བལྟས་བ་ནང་སྟུང་པའི་སྒོ་དེ་ལ་ཕུང་སོགས་གང་ཡང་  
མིན་པའི་སྒྲིང་ཚུལ་ཟུར་བ་འདི་ལྟ་བུ་ཡོད་དེ། ང་སྟུང་པའི་སྒོ་ལ་ང་དེ་མིང་ཅས་  
དུ་མི་སྒྲིང་བར་ཚུགས་ཐུབ་ལྟ་བུ་ཞིག་སྒྲིང་བ་དེའི་སྒྲིང་ཚུལ་ལྟར་དུ་གྲུབ་པར་  
བཟུང་བས་འཁོར་བར་བཅིངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་ངོ་སྟུང་པའི་སྒོ་ལྟན་སྟེས་  
ལ་ངའི་སྒྲིང་ཚུལ་ཇི་ལྟར་འདུག་ལོགས་པར་རྟོགས་ན་དགག་བྱ་ངེས་པ་ཡིན་པས།  
ང་ཡི་བ་དང་ཕུང་པོ་སོགས་གཞན་གྱི་སྒྲིང་དུ་ཡང་རྟགས་ཆོས་དེའི་རྣམ་པ་འཆར་  
ཚུལ་དང་སྒྲིང་ཚུལ་ཞེན་ཚུལ་བརྟག་པར་བྱའོ།

གཉིས་པ་ནི། སྒྲིང་ཚུལ་དེར་གྲུབ་ན་གཅིག་ཐ་དད་ལས་ཕུང་གསུམ་མི་  
སྲིད་པས་ང་དང་ངའི་ཕུང་པོ་གཉིས་ངེས་པར་དོན་སྟེང་ནས་གྲུབ་པའི་གཅིག་  
དང་། དོན་སྟེང་ནས་གྲུབ་པའི་ཐ་དད་དུ་འགྱུར་ཏེ། དོན་སྟེང་ནས་དེ་གཉིས་ལ་  
ཕུང་གསུམ་ཁེགས་པའི་ཕྱིར། ཤེས་པ་གང་ལ་ཡུལ་གང་སྒྲིང་ཡང་ཟླ་མེད་གྱི་  
གཅིག་དང་ཟླ་བཅས་གྱི་ཐ་དད་དུ་སྒྲིང་བས་བྱུང་སྟེ། སྒྲིང་ཚུལ་དེ་གཉིས་ལ་ཕུང་  
གསུམ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་གཅིག་དང་ཐ་དད་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར་བདེན་  
པར་མེད་པས་བྱུབ་པའི་བྱུབ་བ་ངེས་པའོ།

གསུམ་པ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ང་དང་ངའི་ཕུང་པོ་གཉིས་དོན་སྟེང་

ནས་གྲུབ་པའི་གཅིག་མ་ཡིན་པར་ངས་པ་ནི། ང་དང་ཕུང་པོ་གཉིས་སྒྲུང་ཚུལ་དེ་  
 ལྟར་དོན་སྤེངས་གྲུབ་པའི་གཅིག་ཡིན་ན། བཤད་གཏན་མེད་ཀྱི་གཅིག་ཏུ་གྲུབ་  
 དགོས། དེ་ལྟ་ན་ད་ལྟར་གྱི་ཕུང་པོ་དང་ཡང་དེ་ལྟར་འགྱུར་བས། ང་ད་ལྟར་གྱི་  
 ལུས་སེམས་ཚོགས་ཙམ་དང་གཅིག་ཡིན་ནས་སོ་སོ་བ་དང་གཅིག་ཡིན། ལུས་  
 སེམས་ཚོགས་ཙམ་དང་གཅིག་ཡིན་ན། དེ་ལྟ་བུའི་ཚོགས་པ་དང་བཅས་ཏེ། ཆོ་  
 གྲུ་མ་ནས་འདིར་འོངས་པ་དང་། འདི་ནས་བྱི་མར་འགྲོ་བར་ཐལ། ང་ད་ལྟར་གྱི་  
 ལུས་སེམས་ཚོགས་ཙམ་དང་གཅིག་ཡིན་པའི་བྱིར། ང་ད་ལྟར་གྱི་ལུས་སེམས་  
 སོ་སོ་བ་དང་གཅིག་ཡིན་ན། ལུས་དང་གཅིག་ཡིན་ནས། སེམས་དང་གཅིག་  
 ཡིན། ལུས་དང་གཅིག་ཡིན་ན། ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཚོགས་ཙམ་དང་གཅིག་ཡིན་  
 ནས། རེ་རེ་བ་རྣམས་དང་གཅིག་ཡིན། ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཚོགས་ཙམ་དང་  
 གཅིག་ཡིན་ན། ལུས་སེམས་བྲལ་ནས་ལུས་མལ་ན་གནས་ཆོང་ཡང་དེར་གནས་  
 པ་དང་། ལུས་སེམས་བསྐྱེད་ནས་རྒྱན་ཆད་པའི་ཆོང་ཡང་རྒྱན་ཆད་པ་སོགས་  
 སུ་ཐལ། ང་ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཚོགས་ཙམ་དང་གཅིག་ཡིན་པའི་གང་ཟག་གི་  
 ལུས་དེ་ལྟར་གྱུར་པའི་བྱིར། འདོད་ན། ང་འགྲོ་བ་རིགས་དྲུག་སོགས་སུ་སྐྱེ་བ་  
 རྒྱན་ཆད་པར་ཐལ་ལོ།

ང་ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་རེ་རེ་བ་རྣམས་དང་གཅིག་ཡིན་ན། ང་རྒྱང་པའི་  
 སེན་མོའི་བར་གྱི་ཆ་རེ་རེ་ནས་དང་། བགོ་བོའི་སྐྱ་རེ་རེ་དང་ཡང་གཅིག་ཡིན་  
 པར་ཐལ། ང་ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་རེ་རེ་བ་རྣམས་དང་དེ་ལྟ་བུའི་གཅིག་ཡིན་པའི་

ཕྱིར། འདོད་ན། སྐྱེས་བུ་གཅིག་གི་རྒྱུ་པའི་མེན་མེད་པར་གྱི་ཆ་རེ་རེ་ནས་མགོ་  
 པའི་སྐྱེ་ཇི་སྐྱེད་ཡོད་པ་དེ་སྐྱེད་ཀྱི་གུངས་དང་མཉམ་པའི་ང་དང་གང་ཟག་སྐྱེས་བུ་  
 གཅིག་པོ་དེ་ལ་ཡོད་པར་ཐལ་ལོ། །ང་ད་ལྟར་གྱི་སེམས་དང་གཅིག་ཡིན་ན་ནས་  
 ཤེས་ཚོགས་དུག་ཀ་དང་གཅིག་ཡིན་ནས། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་དང་གཅིག་ཡིན།  
 རྣམ་ཤེས་ཚོགས་དུག་ཀ་དང་གཅིག་ཡིན་ན་སྐྱེས་བུ་གཅིག་གི་རྒྱུ་ལ་ཚོགས་དུག་  
 ཅིག་ཅར་སྐྱེས་པའི་ཆོ་གང་ཟག་དེ་རྒྱུད་ཐ་དད་པ་དུག་ཏུ་ཐལ། རྣམ་ཤེས་ཚོགས་  
 དུག་ཀ་དང་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ང་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་དང་གཅིག་ཡིན་ན། འདྲ་  
 ཤེས་མེད་པའི་སྟོམས་འཕྲུག་ལ་གནས་པ་དང་ང་བརྒྱལ་པའི་ཆོ་རྒྱལ་ཆད་པར་  
 ཐལ། དེའི་ཆོ་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་རྒྱལ་ཆད་པའི་ཕྱིར། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་མགོ་  
 དང་ལག་པ་ན་བ་སོགས་ཀྱང་ཡོད་པར་ཐལ་ལོ། །དེས་ན་ང་དང་ཕྱང་པོ་གཉིས་  
 སྒྲིང་རྒྱལ་དེ་ལྟར་དུ་བྱུང་པའི་གཅིག་མ་ཡིན་པར་ངས་སོ།།

གཉིས་པ་ང་དང་ངའི་ཕྱང་པོ་གཉིས་ངས་པར་དོན་སྤྱིང་ནས་བྱུང་པའི་ཐ་  
 དད་མ་ཡིན་པར་ངས་བཞི། ང་དང་ཕྱང་པོ་གཉིས་ངས་པར་དོན་སྤྱིང་ནས་བྱུང་  
 པའི་ཐ་དད་ཡིན་ན་འབྲེལ་མེད་སོ་སོ་བར་འགྱུར་བས། ཕྱང་པོ་སྤྱང་བྱ་དང་ང་  
 ལེན་པ་པོར་མི་འཐད་ལ། མིག་གིས་གཟུགས་མཐོང་བ་ལ་ངས་མཐོང་བ་དང་།  
 ལག་པ་ན་བ་ལ་ང་ན་བ་སོགས་ཀྱི་ཐ་སྐྱོད་མི་འཐད་པར་ཐལ། ང་དང་ཕྱང་པོ་  
 གཉིས་འབྲེལ་མེད་སོ་སོ་བར་འདུག་པའི་ཕྱིར། ཐ་དད་ཀྱང་མ་ཡིན་པར་ངས་  
 པར་ནི། ཐོགས་ཚེས་ངས་པའོ། །ཡང་ང་དེ་རྟག་མི་རྟག་ །རྟག་ན། སྐྱེ་ལི་རྒྱུན་



ཆད་ལ། མི་རྟག་ན། ངའི་ཆ་ཤས་རྣམས་དང་གཅིག་གས་ཐ་དད། གཅིག་ན།  
 ང་སྐྱེས་ཙམ་ན་སྐྱེ་མི་ཤེས་པ་བཞིན་ང་གས་ནས་ཀྱང་སྐྱེ་མི་ཤེས་པ་དང་། བྱིས་  
 རབ་ཏུ་བྱུང་ན་སྐྱེས་ཙམ་ནས་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་དང་། ང་སྐྱེ་བ་ན་སྐྱེས་ཙམ་ན་སྐྱེ་བ་  
 སོགས་སུ་ཐལ། ཆ་ཤས་རྣམས་དང་སྒྲུང་ཚུལ་དེ་ལྟར་དུ་གྲུབ་པའི་གཅིག་ཡིན་  
 པའི་བྱིར། ཐ་དད་ན། ང་སྐྱེ་བ་རྟེན་པ་དང་འདས་པ་དཔྱད་པ་མ་ཡིན་པ་འཐད་པར་  
 ཐལ་བ་དང་། ལས་གསོག་པ་པོའི་ང་དང་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་ང་བཤོའི་ང་གཉིས་ཀྱང་  
 འབྲེལ་མེད་སོ་སོ་བར་ཐལ། ངའི་ཆ་ཤས་རྣམས་དང་སྒྲུང་ཚུལ་དེ་ལྟར་དུ་གྲུབ་  
 པའི་ཐ་དད་ཡིན་པའི་བྱིར། དེ་ལྟར་འབྲེལ་མེད་སོ་སོ་བར་འགྱུར་བ་སྒྲུར་ལྟར་  
 རོ།།

དེ་ཡང་སྒྲུར་བཤད་པའི་རང་རྒྱུད་ལ་བརྟགས་ཏེ་གང་ཟག་གི་བདག་ཏུ་  
 འཛིན་ལུགས་ངོས་ཟེན་པར་བྱ་བ་དང་། གང་ཟག་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་ན་ཕུང་པོ་  
 དང་ངོ་བོ་གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་རུང་དུ་གྲུབ་དགོས་ཀྱི། དེ་གཉིས་ལས་གཞན་  
 དུ་གྲུབ་ཐབས་མེད་པར་ཐག་བཅད་པ་དང་། གང་ཟག་དང་ཕུང་པོ་གཉིས་རང་  
 བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ངོ་བོ་གཅིག་ཡིན་པ་ལ་གཞོད་པ་མཐོང་བ་དང་། གང་ཟག་  
 དང་ཕུང་པོ་གཉིས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཐ་དད་ཡིན་པ་ལ་གཞོད་བྱེད་ལེགས་  
 པར་མཐོང་བ་སྟེ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་བསྐྱེམ་པའི་གནད་བཞི་ཚང་ན་དེ་ནས་  
 གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྷ་བ་རྣམ་དག་སྐྱེ་ལོ།།

བཞི་པ་དགག་གཞི་ལ་དགག་བྱ་རྣམ་པར་བཅད་པ་རྟགས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་

ངེས་པའི་གཅིག་དང་དུ་བྲལ་གྱི་ཉགས་ནི། གནད་དེ་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་འཛིན་  
 ཚུལ་དང་སྒྲུང་ཚུལ་དེ་ལྟར་བྱུང་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་འདུག། །ཡེ་མི་འདུག་སྟེ་དུ་  
 ངེས་པ་ནི། བསྐྱར་རྒྱུ་འཕྲ་བ་ངེས་པ་དང་གོ་བ་ཡིན་ལ། དེ་སྐྱོང་ཚུལ་ཡང་ངེས་  
 པའི་གནད། འཛིན་པའི་གནད། སྒྲུང་བའི་གནད་གསུམ་དང་ལྟན་པས་ང་འཛིན་  
 ཚུལ་དང་སྒྲུང་ཚུལ་དེ་ལྟར་བྱུང་བ་གཏན་ནས་མི་འདུག་སྟེ་དུ་བྲལ་བའི་ངེས་ཤེས་ལྟར་  
 བ་ཞིག་སྐྱེས་པའི་རྒྱན་ལ་ངེས་པ་དྲག་པོ་ཐེངས་ཁ་ཡར་རེ་འདྲན་ནོ། །ཡང་དེ་  
 ལྟར་བྱུངོ། །ཕྱི་མ་རྣམས་ལ་དབྱུང་བ་ཤུགས་ཚུང་བ་རེ་བྱེད། ངེས་ཤེས་དྲག་པོ་  
 བརྒྱད་མར་བྱ། འདི་ལྟར་གཅིག་དང་ཐ་དད་གྱི་དབྱུང་བ་བྱེད་པ་ནས་དབྱུང་དོན་  
 མ་ངེས་གྱི་བར་ལ་ཡང་རྟོག་པ་རིགས་མི་མཐུན་གྱིས་བར་མ་བཅད་པའི་དྲན་ཤེས་  
 དང་། དབྱུང་དོན་ངེས་པའི་ངེས་ཤེས་བརྒྱད་པ་མ་གཏོགས་པ་རྟོག་པ་གཞན་  
 གྱིས་བར་མ་ཆོད་པའི་དྲན་ཤེས་བསྟན་བ་དང་། གྱིང་ཆོད་འགོག་ཚུལ་སོགས་ཞི་  
 གནས་གྱི་སྐྱབས་ལྟར་བྱུངོ། །དེ་ལྟར་བསྐྱོམས་པས་ཡུལ་ཅན་དེ་ཡུལ་སྟོང་ཉིད་  
 དེའི་དབང་དུ་སོང་བ་ལྟ་བུ་དང་། ཡུལ་ཅན་དེའི་ཤེས་རབ་དེའི་ངང་དུ་སྐྱེས་པ་ལྟ་  
 བུ་འབྱུང་ངོ་།

གཉིས་པ་རྗེས་ཐོབ་སྐྱེ་མ་ལྟ་བུའི་རྣལ་འབྱོར་ནི། མིང་ཙམ་དང་།  
 བཏགས་པ་ཙམ་དང་། སྐྱེ་མ་ལྟ་བུ་གསུམ་གྱིས་ཤེས་པར་བྱུངོ། །དང་པོ་ནི།  
 ངའོ་སྟེ་མ་པའི་སྒྲོས་བརྒྱུང་བ་རང་གི་དོན་དེ་དེ་ལྟར་དུ་བྱུང་བ་བཀག་པའི་རྗེས་སུ་  
 ང་ཞེས་པའི་མིང་ཙམ་དེ་ལས་མ་ལུས། དེ་རི་བོང་གི་རྩ་ཞེས་པའི་མིང་སྐྱེས་པོ་དེ་

དང་མཚུངས་སོ་སྟེ་ན། མིང་ཙམ་དེར་མཚུངས་ཀྱང་དོན་བྱེད་ནུས་མི་ནུས་ཀྱི་  
 བྱུང་བར་ཡོད་དོ། །མིང་རྒྱུང་དེའི་རྒྱུ་མ་བཏགས་མ་དབྱེད་པར་ཞུགས་པ་  
 ན། ང་འགོ་ཞེས་ལམ་མེ་ལམ་མེ་འགོ་ ང་སྟོན་ཅེས་བྲིས་གྲིས་སྟོན། དེ་བཞིན་  
 དུང་དགོ་བ་བསྐྱབ། སྒྲིག་པ་བཏགས་པ་སོགས་འཐད་པ་ནི། མིང་རྒྱུང་ལ་བྱ་  
 བྱེད་འཐད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་བཅད་དང་ཐ་སྙད་ཙམ་ལའང་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་  
 ཀུན་ལ་སྤྱར་རོ།

གཉིས་པ་ནི། མོག་སོགས་འདུས་པ་མཐོང་བ་ན། བ་ལང་སྟེ་པའི་སྟོ་  
 སྟོ་ལ། བྲི་སྟོ་མི་སྟོ་བ་ནི། གདགས་གཞི་དེ་ལ་དེ་ལྟར་བཏགས་མ་བཏགས་ཀྱི་  
 བྱུང་བར་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ། གདགས་གཞི་ཡུང་པོའི་ཆོགས་པ་དང་ཡ་གྲུལ་  
 གང་རུང་མཐོང་བ་ན། ངའོ་སྟེ་པའི་སྟོ་སྟོ་བ་ཡང་གདགས་གཞི་དེ་ལ་ང་དང་  
 ངའི་འོ་ཞེས་བཏགས་པས་སོ། །དེ་ལྟར་ཆོས་ཀུན་ལ་ཤེས་པར་བྱའོ། །སྐུས་  
 བཏགས་ན་རྟོག་པས་བཏགས། དེའི་རྒྱ་མཚན་གྲིས་རང་བཞིན་གྲིས་མ་གྲུབ།  
 ཀུན་རྫོབ་མིང་རྒྱུང་ཙམ་དུ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ།

གསུམ་པ་ནི། སྐྱུ་མ་ནི་རྣལ་འབྱོར་དེ་བསྟོམ་པའི་དཔེར་མཛད་དེ། དེ་  
 ཡང་སྐྱུ་མ་མཐན་རང་ལ་སྐྱུ་མའི་སྤང་བ་ཡོད་ཀྱང་ཞེན་བ་མེད་པ་ལྟར་རོ། །དེ་  
 ལྟར་བསྟོམ་པར་བྱ་བ་ལ་གཉིས་ལས། སྟོང་སྟོབས་གྲིས་བསྟོམ་པ་ནི། བཅུ་  
 གཞག་ནུས་པ་མཐུ་ཅན་དུ་གྱུར་པའི་སྟོབས་གྲིས་བྲན་ཤེས་ལ་མི་སྟོས་པར་སྤང་  
 ཙམ་ནས་རང་བཞིན་གྲིས་གྲུབ་པ་ཅུང་ཐད་ཀྱང་མེད་པར་ངེས་པའི་རྒྱུ་སྐྱུ་མ་ལྟ་

བྱ་བསྐྱོམ་མོ། །ལྷ་བའི་ངེས་པ་མེད་པར་གང་སྤང་བྱན་ལོང་གཏད་མེད་དུ་འཆར་  
བ་སེམས་གནས་ཀྱི་མཐུ་ལའང་འབྱུང་བས་སྐྱུ་མ་ལྷ་བྱ་བསྐྱོམ་པར་མི་རུང་།

གཉིས་པ་དྲན་ཤེས་ཀྱིས་བསྐྱོམ་པ་ནི། དྲན་ཤེས་ཀྱིས་བཟུང་སྟེ། རའོ་  
སྟུམ་པའི་སྒོ་ལ་ང་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུབ་པར་སྤང་ཡང་ང་སྤང་ཅམ་ནས་རང་  
བཞིན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པའི་ངེས་པ་དངས་ཏེ་བསྐྱོམ་པར་བྱའོ། །དེ་ཡང་སྒོ་དེ་  
ལ་ང་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུབ་པ་དང་། ང་རང་བཞིན་མེད་པ་གཉིས་ཅིག་ཅར་དུ་  
སྤང་བ་ཡང་མི་སྲིད་ལ། དེ་གཉིས་སོ་སོར་ངེས་པའི་རྟོག་པ་གཉིས་གང་ཟག་  
གཅིག་ལ་དུས་གཅིག་ཀྱང་མི་འབྱུང་བས། ཤེས་པ་གཞན་གྱིས་བར་མ་ཆོད་པར་  
ངེས་པ་བརྟེན་ནོ། །འདི་ནི་ད་ལྟར་གྱི་སྐྱེ་ཤོས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་བསྐྱོམ་པའི་  
ཐབས་དངོས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཞན་ལའང་ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག །

གཉིས་པ་ང་ཡི་བ་རང་བཞིན་མེད་པར་བསྐྱོམ་པ་ལ་གཉིས། མཉམ་  
གཞག་དུ་བསྐྱོམ་པ་དང་། རེས་ཐོབ་དུ་བསྐྱོམ་པའོ། །དང་བོ་ནི། མིག་སྒྲ་སོགས་  
ང་ཡི་བའི་གདགས་གཞི་ཡིན་ལ། རའོ་སྟུམ་པ་དང་། བདག་གིའོ་སྟུམ་པའི་སྒོ་  
ལ་དབང་བསྐྱུར་བྱ་ལྷ་བྱར་སྤང་ལ། སྒོ་དེས་བཟུང་ས་རང་དེའི་དོན་སྟེང་ནས་  
བྱུབ་ན་ང་ཡི་བ་རང་གི་མཆན་ནིད་ཀྱིས་བྱུབ་པ་ཡིན། དེ་ཞེན་དོན་དུ་བྱས་ནས་  
རའི་འོ་སྟུམ་དུ་འཛིན་པ་བདག་འཛིན་ལྟན་སྐྱེས་གང་ཟག་གི་བདག་དེར་འཛིན་གྱི་  
ཁོངས་སུ་བསྐྱུར་རུང་བ་ཡིན་ནོ། །དབང་བསྐྱུར་བྱ་དེ་དོན་སྟེང་ནས་བྱུབ་ན།  
བསྐྱུར་བ་སོགས་གང་ཟག་ཀྱང་དོན་སྟེང་ནས་བྱུབ་དགོས་པ་ལ། དེ་སྤར་ཆགས་པའི་

རིགས་པས་ཅུང་ཟད་རྒྱང་མ་གྲུབ་པར་རྟོགས་པས་བདག་གི་བ་ལ་རང་བཞིན་ཅུང་  
 ཟད་རྒྱང་མེད་པར་རྟོགས་པ་ནི། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་གི་ཕྱོགས་སུ་གཏོགས་  
 པ་བསྟོམ་རྒྱུའི་ལྷ་བ་ཡིན་ལ། བསྟོམ་ཚུལ་དང་དྲན་ཤེས་བསྟན་ཚུལ་སྤར་སྤར་  
 རོ།

གཉིས་པ་རྩེས་ཐོབ་ཏུ་བསྟོམ་པ་ནི། མིང་ཙམ་དང་བདགས་པ་ཙམ་དང་  
 སྤྱུ་མ་ལྷ་བྱར་བསྟོམ་པ་སྟེ། དེ་ཡང་སྤར་གྱི་རིགས་པ་ཁ་སྟོས་ལ་བྱའོ། །སྤར་  
 བཤད་པའི་རིགས་པ་དེས་དཔྱལ་བ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བར་གྱི་གང་ཟག་དང་།  
 དེའི་བདག་གི་བ་ཐམས་ཅད་གདགས་གཞི་གང་ཡིན་པ་དེ་དང་ངོ་བོ་གཅིག་ཡིན་  
 པ་དང་། རོ་བོ་ཐ་དད་པ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་པའི་གང་ཟག་གི་བདག་  
 མེད་དང་། བདག་གི་བ་ཐམས་ཅད་རྒྱང་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་འགྲུབ་ཚུལ་  
 ཤེས་པར་བྱའོ།

གཉིས་པ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་བསྟོམ་པ་ལ་གཉིས། མཉམ་གཞག་ཏུ་  
 བསྟོམ་པ་དང་། རྩེས་ཐོབ་ཏུ་བསྟོམ་པ་འོ། །དང་པོ་ནི། རང་རྒྱུད་གྱིས་བསྐྱུས་པ་  
 དང་། མ་བསྐྱུས་པའི་ཕུང་པོ་དང་ཁམས་དང་སྤྱི་མཆེད་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཆོས་  
 ཡིན་ཞིང་། དེ་རྣམས་དོན་སྤངས་ལྷན་གྲུབ་པ་ལྷ་བུ་ཞིག་སྤྲང་ལ། སྤྲང་བ་ལྟར་གྲུབ་  
 པ་དང་ཞེན་བ་ཆོས་ཀྱི་བདག་དང་བདག་འཛིན་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལྟར་དུ་མ་གྲུབ་པ་  
 ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་ཡིན་ནོ། །དེ་གཏན་ལ་འབེབས་པ་ནི། གཟུགས་ཅན་རྣམས་  
 རང་གི་ཤར་ལ་སོགས་པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆ་རྣམས་དང་ཆ་ཅན་དང་། ཤེས་པ་རང་

གི་སྒྲིལ་མོགས་དུས་ཀྱི་ཆ་དང་ཆ་ཅན་གཉིས་དོན་སྤྱིར་ནས་བྱུང་བའི་གཅིག་  
 དང་ཐ་དད་གང་དུང་དུ་བྱུང་བརྟགས་ནས་སྤར་བཞིན་འགོག་པ་དང་། ཆོས་དང་  
 གང་ཟག་ཀྱང་རང་གི་གདགས་གཞིའི་ཆོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བརྟགས་པ་ཡིན་  
 ལ། བརྟེན་ནས་སྤྱིས་པ་དང་། བརྟེན་ནས་བརྟགས་པ་ཡིན་ན། གང་ལ་བརྟེན་པ་  
 དེ་དང་། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བའི་གཅིག་ཏུ་མེད་དེ། གཅིག་ཏུ་ཡོད་ན་བྱ་བྱེད་  
 ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་འབྱུར་ལ། དེ་གཉིས་རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བའི་གཞན་དུ་  
 མེད་དེ། དེར་ཡོད་ན་འབྲེལ་བ་ཁེགས་བས་དེ་ལ་སྣོས་པ་འགལ་བའི་ཕྱིར་  
 རོ། །འདི་དང་སྤྱི་མའི་རིགས་བས་རང་བཞིན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པར་ངེས་པ་དེ་  
 སྤར་ལྟར་བྲན་ཤེས་བརྟེན་ནས་བསྐྱོམ་ནོ། །དེ་ཡང་གང་ཟག་དང་ཆོས་གང་ཡིན་  
 ཡང་ཡུལ་སྤྱིར་ནས་བྱུང་ཚུལ་ཇི་ལྟར་འདུག་དོན་དམ་དཔྱད་པའི་རིགས་པ་ཡང་  
 དག་གིས་བཙལ་བ་ན་མཐར་གང་དུ་ཡང་མ་བྱུང་བའི་ཡུལ་སྤྱིར་ན་རྟེན་རྒྱ་ཅུང་  
 ཟད་ཀྱང་མེད་པའི་ངེས་པ་ལྟར་གིས་སྤྱིས་པ་དེ་ཀའི་རྒྱན་སྐྱོང་བ་ཡིན་ནོ།

གཉིས་པ་རྗེས་ཐོབ་ཏུ་བསྐྱོམ་པ་ནི། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཀྱི་སྐབས་  
 སུ་འཕད་པ་བཞིན་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུའི་རྗེས་ཐོབ་ཀྱི་བསྐྱོམ་ཚུལ་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་ཡོད་  
 ཅས་དུ་བྱུང་ཀྱང་བདན་པ་ཁེགས་པ་དོན་དམ་པ་ལ་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུར་བྱས་པ་དང་།  
 སྤྱིར་བཞིན་དུ་སྤང་བའི་སྤང་བ་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་གཉིས་ལས་འདིར་ནི་བྱེ་མ་བསྐྱོམ་བྱ་  
 ཡིན་ནོ། །རྟོག་པ་ལ་བྲན་པ་སྐྱོང་ཚུལ་ལྟར། ད་ལྟར་གྱི་གང་ཟག་གིས་དབང་  
 ཤེས་ལ་དེ་ལྟར་བསྐྱོམ་པ་ནི། དབང་ཤེས་ཡུལ་ལ་འཇུག་པ་ན་བྲན་ཤེས་ཀྱིས་དེ་

ལྷ་ར་པ་བྱུང་སྟེ། དབང་ཤེས་ལ་ཡུལ་སྤངས་བ་དང་། ཡིད་ཤེས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅུང་  
ཟད་ཀྱང་མེད་པར་ངེས་པའི་ངེས་ཤེས་གཅིག་ཏུ་བྱངས་ལ། སྤངས་བཞིན་དུ་སྤོང་བ་  
དང་། སྤོང་བཞིན་དུ་སྤངས་པའི་སྤྱུ་མ་ལྟ་བུར་འཆར་བ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །  
གཞན་ཡང་བརྟེན་ནས་བཏགས་བ་དང་། བརྟེན་ནས་བྱུབ་བ་དང་། བརྟེན་ནས་  
སྐྱེས་པའི་ཚུལ་ངེས་ཤེས་བརྟན་པོ་འབྱེན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུའི་མཉམ་ཆེས་ཀྱི་ཀླན་  
གོམས་པ་རེ་ཆེར་སོང་ནས་ཆེས་ཐོབ་ཏུ་ལྟ་བ་དྲན་ཅོམ་གྱིས་གང་སྤངས་སྤྱུ་མ་ལྟ་  
བུར་འཆར་པར་འགྱུར་རོ། །

[illegible]

༡༡། གཞུགས་ཀྱི་ཆུང་མཐའ་དང་དུས་ཀྱི་ཐུང་མཐའ་  
སོགས་ལས་བརྒྱམས་པའི་དྲི་ལན་ཇི་ཉིད་  
ཀྱིས་མཛད་པ་བཞུགས་སོ།།

ཨ་མེ་ཙོང་ཁ་བ་སློབ་ཐོང་གྲགས་པ། ༡༣༥༧-༡༣༧༩

༡༡། །སྤྱི་བརྒྱ་བྱུང་། འཇིག་རྟེན་གསུམ་ན་སངས་རྒྱས་གཉིས་པ་ཞེས། །  
གང་གི་མཚན་གྱིས་ན་བའི་ལས་མཛོས་པ། །དབྱིག་གཉིན་ཉིན་བྱེད་གསུང་གི་  
འོད་ཟེར་ཚོགས། །ད་དུང་གདུལ་བྱའི་སྤྱིང་ན་གསལ་གྱུར་ཅིག། །ཀུན་མཁྱེན་དེ་  
ཡིས་དབག་ཚད་ལོ་དང་ནི། །དེ་དག་བཛོད་པའི་ཐ་སྙད་མཚོན་པའི་སྤྱད། །  
གཞུགས་མིང་དུས་མཐའ་རྟུལ་ཡིག་སྤྱད་ཅིག་དང་། །བྱུག་ཚན་ཉི་ཤུའི་སྤྱད་ཅིག་  
གསུངས་པ་དང་། །ཉིན་བྱེད་དབང་པོ་བྱང་དུ་སྤྱོད་པ་ཡི། །དབྱར་རྒྱ་གཉིས་  
པའི་ཐ་མའི་ཆོས་དགྲ་དང་། །དབྱར་འབྲིང་ཉ་ལ་རྒྱ་སྤྱད་གང་བྱུང་དང་། །གཞན་  
ཡང་ཉིན་མཚན་ཐོག་མཐའ་གང་ཡིན་ཞེས། །གསུང་རབ་དགོངས་དོན་རགས་  
དང་སྤྱ་བ་རྣམས། །རྣམ་དག་རིགས་པའི་རྗེས་འབྲངས་སྤྱ་བའི་སྤྱོས། །མ་འདྲེས་  
འབྱེད་པར་རྟུས་པའི་སྤྱོབས་པ་ཅན། །གང་དེས་དྲིས་པའི་དོན་རྣམས་འདི་ལྟར་  
བྱུམས། །

གཞུགས་ཀྱི་ཆུང་མཐའ་བཞག་པའི་སྤྱ་རྟུལ་ནི། །འཕར་ལ་སོགས་པའི་ཆ་



དང་བུལ་བ་སྟེ། །དེ་ཡང་རི་སྲིད་སྤྱོད་གས་ཀྱི་ཆ་ཡོད་པ། །དེ་སྲིད་ཚུང་མཐར་  
བཞག་ཏུ་མི་རུང་གིར། །

དུས་མཐའི་སྐད་ཅིག་རྒྱ་ཆོག་ས་དུ་མ་ཡིས། །འབྲས་བུ་སྦྱང་བའི་ཡུན་  
དང་སེ་གོལ་གཅིག་། །རྫོགས་པའི་དུས་ལ་རེ་ལྷར་བྱས་བ་ཡི། །ཆ་གཅིག་དང་ནི་  
རྒྱལ་གཅིག་གོ་འཕྲོས་དང་། །མཉམ་པའི་ཤེད་གྱིས་བལ་ཉག་གཅིག་གཅོད་  
པའི། །ཡུན་ལ་བཤད་པའི་རྣམ་གྲངས་མང་ཡོད་ཀྱང་། །མདོར་ན་དེ་ལས་ཐུང་  
བར་བྱར་མེད་པའི། །དུས་གཅིག་མཆོན་པར་བཞེད་ནས་དེ་དག་གསུངས། །

མིང་མཐའ་ཡི་གེར་བཞག་པའི་དཔེ་བཞེད་ལ། །རང་གི་འབྲེལ་བར་བ་  
ལང་བཞིན་ནོ་གསུངས། །འདི་ནི་ཡི་གེ་དུ་མ་ཆོག་ས་པའི་གྱིར། །དོན་འདི་ད་དུང་  
ཁོ་བོ་དཔྱད་པའི་སྐབས། །དུག་ཆོན་ཉི་ཤུའི་སྐད་ཅིག་ཆོག་ས་པ་ནི། །དེ་ཡི་སྐད་  
ཅིག་ཅས་པའི་ཐ་སྦྱད་བཏགས། །དུས་མཐའི་སྐད་ཅིག་བརྒྱ་དང་ཉི་ཤུའི་མིང་། །  
འདི་ནི་དུས་མཐའ་རྫོགས་ན་ཐེ་ཆོས་བྲལ། །

དབྱར་རྒྱ་གཉིས་པའི་ཐ་མའི་ཆོས་དགྲ་དང་། །དེ་བཞིན་དགུན་རྒྱ་བཞི་  
པའི་ཆོས་དགྲ་ལ། །དབྱར་དགུན་ཉི་མ་ལྷོག་པར་གསུངས་པའི་དུས། །སྟོན་  
དབྱིད་ར་བའི་དཀར་ཆོས་དགྲ་ལ་ཡིན། །རྒྱ་བ་དེ་གཉིས་ཉི་མ་གང་ལོག་པའི། །  
རྒྱ་བ་དེ་ཉིད་ཡིན་པར་མང་པོ་འདོད། །འོན་ཀྱང་མཛོད་ཀྱི་དགོངས་བ་བྱུངས་དང་  
ཁྲའི། །རྒྱ་བ་ཡིན་པར་རྒྱ་དཔེར་སྤྲོད་ངོ་ཞེས། །བདག་གི་རྒྱ་མ་ནས་མཁའ་བཟང་  
པོ་བཞེད། །དེ་ལྷར་ན་ནི་དབྱར་འབྲིང་ཉི་ཤུས། །ཆུ་སྟོད་རྒྱ་བ་ཡིན་པར་ཤེས་

པར་འགྱུར། །ཚུལ་དེ་མདོ་ཙམི་རྒྱ་དཔེ་ལས་ཀྱང་གསུངས། །གདགས་གཞག་  
མཛོད་དང་ཉི་མའི་སྒྲིང་པོ་དང་། །མེ་ཏོག་ཐེང་རྒྱུད་མདོ་ཙམི་ལོ་བྲི་བ། །འགྲེལ་  
ཆེན་སོགས་ནས་གསུངས་པའི་དུས་ཆོགས་ཀྱི། །རྣམ་གཞག་རྒྱས་པར་གཞན་དུ་  
སྒྲོ་བར་འདོད། །དེ་ཕྱིར་འདིར་ནི་ས་པོན་ཙམ་ཞིག་བསྟན། །འདི་དང་དེང་སང་  
ཉི་མའི་ལྷོག་དུས་གཉིས། །ཆེས་ཆེར་མི་མཐུན་གྱུར་བ་མཐོང་ནས་ནི། །རྩམས་  
དེ་སུན་འབྲིན་བྱེད་རྣམས་རེ་ཞིག་བཞག །

ཉིན་གྱི་དང་པོ་སྐྱ་རེངས་དང་པོ་དང་། །ཐ་མ་ཉི་མ་རུབ་པའི་མཐའ་ལ་  
བཞད། །དེ་ཡིས་མཆོན་གྱི་ཐོག་མཐའ་དབག་པར་རུས། །འདི་ལས་གཞན་  
དུའང་གསུངས་མོད་དགོངས་པའི་དབང་། །ཀྱན་རྒྱུ་བདེན་པར་འདོད་པའི་  
རིགས་པ་རྣམས། །བདག་གིས་སྤྲུལ་ཡིན་ཞེས་སྒྲུས་པ་མེད། །

སྡེ་བ་གཉིས་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་གཞིར་བྱས་ལ། །དབང་པོའི་ཤེས་པས་སྤྲ་  
རྒྱལ་མཐོང་ཞེས་སྒྲུས། །རྣམ་ཤེས་ལྷ་ཡིས་བསགས་ལ་དམིགས་སོ་ཞེས། །  
གསུངས་པ་འདི་ལ་འབྲུལ་ནས་མི་མཁས་པའི། །སྐྱེ་བོ་དུ་མ་མགོན་གཅིག་བྱས་  
ནས་ནི། །དབང་པོའི་ཡུལ་ན་སྤྲུལ་མེད་དོ་ལོ། །གཟུགས་ཐན་ལུགས་འདི་  
འཐད་པར་མ་མཐོང་ནས། །རྒྱལ་གྱི་རགས་པ་བརྩམ་ཚུལ་དབྱེ་ཆད་དང་། །སྤྱི་  
རོལ་དོན་གྲུབ་མངོན་པའི་སྡེ་སྟོན་ནས། །གསུངས་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་བཞིན་བདག་  
གིས་སྒྲུས། །

དོན་སྒྲུབ་གཉིས་ཀྱིས་རགས་པ་རྩོམ་པའི་ཆོ། །རིག་ན་སྤྲུལ་ཉམས་པར་

གྲུང་མཐོང་ནས། །བསྐྱོར་བ་བར་བཅས་བར་མེད་མ་གཏོགས་པ། །རེག་བ་མེད་  
 བར་འདབ་སྐྱོར་གནས་པར་འདོད། །དེ་ཆོ་ཡན་ལག་ཅན་གཞན་མི་སྐྱེ་ཞིང་། །  
 གཅིག་ལ་གཅིག་ཐིམ་གྲུང་བའང་མ་ཡིན་ལ། །སྤྱུལ་རང་བཞིན་འདོར་བའང་  
 མ་ཡིན་ཏེ། །འོན་ཀྱང་སྤྱུལ་རྣམས་འདུས་བ་ཅམ་དུ་ཟད། །དེ་ལྷ་ན་ནི་སྤྱུལ་དུ་  
 མ་དག། །མཛོན་སྤྲུལ་མཐོང་ཞིང་སྤྱུལ་གཏན་མ་མཐོང་། །ཞེས་སྤྱོད་ལ་རིགས་  
 བའི་གཏན་གྱིས་ཅི། །ད་དུང་ཡི་གའི་ཕྱི་མོ་བསྐྱབ་བར་རིགས། །དབང་པོའི་  
 ཤེས་བས་སྤྱུལ་སིལ་བུ་དག། །མཐོང་མོད་རྗེས་ཀྱི་ངས་བས་རགས་བར་  
 བཟུང་། །དུས་མཐའི་སྐད་ཅིག་བཟུང་ཡང་དབྱུང་ཤེས་གྱིས། །དེ་ལ་རྗེས་འགྲོའི་  
 རྒྱན་རྣམས་ངས་བ་བཞིན། །གལ་ཏེ་རྣམ་བ་གཏོད་པའི་རུས་མེད་བས། །སྤྱུལ་  
 དབང་པོའི་ཡུལ་དུ་མི་རུང་ན། །རྣམ་བ་མ་གཏད་ཅེས་བ་བརྟག་བར་བྱ། །

ཤེས་ལ་སྤྱང་བའི་རྣམ་བ་སྤྱུལ་སྤྲན་བཞིན། །སིལ་བུ་ཉིད་དུ་མི་སྤྱང་ཞེས་  
 སྤྲོ་ན། །སོ་སོའི་དུས་མཐའི་སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ཡང་། །རང་འདུའི་རྣམ་བ་གཏད་བ་  
 མེད་འགྱུར་བས། །དབང་པོའི་ཡུལ་དུ་སྤྱོད་བ་ངལ་སོས་ཤིག །

རིགས་བ་མཐུན་བ་ཁྱེད་ལ་འདི་ལྷ་བུའི། །འོག་ཏོག་པལ་ཆེར་མེད་པར་  
 ཁོ་བོ་སེམས། །སྤྱོད་པའི་གནས་ལ་དབྱུང་བ་མ་རྫོགས་པའི། །སྤྱོད་པའི་གཞན་དུ་  
 འགའ་ཞིག་འདོད་བ་མཐོང་། །དེ་ཕྱིར་འདིར་ནི་རང་འདོད་ཟུར་ཅམ་བསྟན། །  
 འདི་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱར་ཡང་འདོད་བ་རྣམས། །ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་རབ་དུ་  
 བྱེད་བ་ཞིག །བྱབ་བར་བགྱིས་ནས་གཟིགས་སུ་འབུལ་བ་ལགས། །ཚུལ་འདི་

མང་ཐོས་སྒོ་བཟང་གྲགས་པ་ཡིས། །ཆོས་འཁོར་ཆེན་པོ་དབལ་གྱི་ལྟ་ས་རུ། །  
 མཁས་པ་ཆེན་པོ་གཞོན་ནུ་སྒོ་ལྟོན་གྱི། །གསུང་གིས་དྲིས་པའི་ལན་དུ་སྦྱར་བ་  
 ཡིན། །སྐུ་མཛུགས་ལོ།



# ༡༡། །དབུ་མའི་རྩ་བའི་དཀར་གནད་ཆེན་པོ་བརྒྱད་ཀྱི་ བརྟེན་བྱང་བཞུགས་སོ།།

ཡུལ་ཆབ་དང་མ་འོང་ཆེན། ༡༣༧-༡༣༨

༡༡། །རྩེ་བཙུན་དམ་པ་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ། །སློབ་དཔོན་  
འཕགས་པ་ཁྱུ་སྐུ་བ་ཀྱི་མཛད་པའི་རྩ་བ་ཤེས་རབ་ལ་འབྲེལ་བ་བྲགས་ཆེ་བ་  
བརྒྱད་དུ་ཡོད་ཅིང་། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་དགོངས་པ་ཐིན་ཅི་མ་ལོག་པར་འབྲེལ་  
བ་ནི་སློབ་དཔོན་སངས་རྒྱུ་བ་བསྐྱངས་དང་། སློབ་དཔོན་རྒྱ་བ་བྲགས་པ་གཉིས་  
ཀྱིས་མཛད་པ་འདི་གཉིས་ཡིན་ལ། དེ་ལ་ཡང་འབྲེལ་བྱེད་གཞན་དང་མི་མཐུན་  
པའི་བྱད་པར་སྤྱོད་མཐའ་ཡས་ཀྱང་གནད་དུ་ཆེ་བ་བརྒྱད་ཡིན་གསུང་སྟེ།  
གཞིའི་སྐབས་སུ་ཐ་སྙད་དུ་ཡང་ཀུན་གཞི་དང་རང་མཆོན་ཁས་མི་ལེན་ཅིང་། ཕྱི་  
དོན་ཁས་ལེན་པ་དང་། ལམ་གྱི་སྐབས་སུ་ དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཐབས་སུ་  
རང་རྒྱུད་དང་རང་རིག་ཁས་མི་ལེན་ཅིང་སྤྱི་བ་གཉིས་ཀྱི་འཛིག་ཚུལ་དང་། ཉན་  
རང་ལ་ཆོས་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་པ་ཁས་ལེན་པའི་ཚུལ་དང་། འབྲས་  
བུའི་སྐབས་སུ་སངས་རྒྱུ་བ་ཀྱིས་རི་སྟེད་པ་མཁྱེན་པའི་ཚུལ་ཏེ། ཁས་ལེན་པའི་  
དམ་བཅའ་བཞི་དང་། མི་ལེན་པའི་ཕྱོགས་བཞི་ལོ།

དེ་ལ་དང་པོ་ཀུན་གཞི་ཁས་མི་ལེན་པ་ལ། རྩོད་པ་དང་། ལན་ནོ། །དང་  
པོ་ནི། ཁ་ཅིག་ན་རེ། དག་མི་དག་འི་ལས་འབྲས་བུ་སྤྲིན་པའི་བར་དུ་གནས་ན་

རྟག་པ་འགྱུར་བས་རྟག་པའི་མཐར་ལྷུང་བར་འགྱུར་ལ། ལས་བྱས་པའི་སྤྲོད་  
 ཅིག་གཉིས་པར་ཞིག་ན། ཞིག་པ་དངོས་པོར་མི་རུང་བས་ལས་གྱིས་རྣམ་སྤྲོད་  
 སྤྲོད་པ་མི་སྤྲོད་པས་ལས་བྱས་པ་ཚུད་ཐོས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཟེར་རྟོ། །ལན་  
 གི། ཁ་ཅིག་ ལས་ཞིག་གྱང་ལས་གྱི་རྣམ་པ་རིམ་ཅན་དུ་འབྱུག་པའི་གཞི་ཀུན་  
 གཞི་རྟོག་པར་བྱེད་ལ། གཞན་དག་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྒྱན་ཁས་ལེན་  
 པར་བྱེད་ཅིང་། ཁ་ཅིག་ ལས་ཞིག་གྱང་ལས་གྱི་ཐོབ་པ་ཡོད་པར་འདོད་པ་དང་།  
 ལ་ལ་བྱ་ལོན་གྱི་དཔང་རྒྱ་དང་འབྲ་བར་ཚུད་མི་ཟ་བ་ཞེས་པའི་ཆོས་གཞན་ཞིག་  
 ཡོད་པས་ཚོད་པ་དེའི་ལན་འདེབས་པར་བྱེད་དོ།

རང་ལན་གི། ཀུན་གཞི་སོགས་བཞི་པོ་ཁས་མ་སྤངས་གྱང་ལས་བྱས་པ་  
 ཚུད་ཐོས་པར་མི་འགྱུར་བར་ཐལ། དེ་ཁས་མ་སྤངས་གྱང་ལས་ཞིག་པས་འབྲས་  
 བུ་སྤྲོད་པ་མི་འགལ་བའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་སྟེ། ཞིག་པ་དངོས་པོར་མི་རུང་བས་སོ་  
 ཞེན། མ་གྲུབ་སྟེ། རང་མཆན་ཁས་སྤངས་ན་ཞིག་པ་དངོས་པོར་མི་རུང་ཡང་།  
 ཁོ་བོ་ཅག་རང་མཆན་ཐ་སྙད་དུ་ཡང་ཁས་མི་ལེན་པས་ཞིག་པ་དང་མ་ཞིག་པའི་  
 ལས་གཉིས་དངོས་པོ་ཡིན་མིན་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ།

དེ་ཡང་རང་མཆན་ཁས་ལེན་པ་རྣམས་ཞིག་པ་དངོས་པོར་འདོད་པ་སྟེ་  
 ཡང་མེད་དེ། དེའི་རྒྱ་མཆན་དངོས་པོ་ནི་ཆོས་གཞན་ལོག་པ་ལ་མི་ལྟོས་པར་རང་  
 དབང་དུ་སློང་ཡུལ་དུ་འཆར་དུ་རུང་བ་ཞིག་ལ་འདོད་ལ། ལས་ཞིག་པ་ནི་དང་  
 པོར་ཞིག་རྒྱའི་ལས་སློང་ཡུལ་དུ་ཤར་ནས་དེ་ལོག་པ་ཅོམ་མ་གཏོགས་རང་དབང་

དུ་འཆར་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར་རོ།

རང་མཚན་ཁས་མི་ལེན་པ་རྣམས་ལ་ཞིག་པ་དངོས་པོར་སྐྱབ་པ་ཡིན་ཏུ་  
སྒྲིག་སྟེ། ལས་ཞིག་པ་དང་མ་ཞིག་པའི་ལས་གཉིས་དངོས་པོ་ཡིན་མིན་མཚུངས་  
པར་ཐལ། དུལ་རང་དོས་ནས་བྱུང་བའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ཆེས་སུ་འགོ་ལྗོག་མ་ཞིག་  
པའི་ལས་ལ་ཡང་མེད་ལ། ཐ་སྙད་ཀྱི་དབང་གིས་བཞག་པ་ཙམ་གྱི་ཆེས་སུ་འགོ་  
ལྗོག་ཞིག་པ་ལ་ཡང་ཡོད་པའི་ཕྱིར། མ་བྱུང་སྟེ། ཞིག་པ་ནི་དངོས་པོ་ལོག་པ་  
ཙམ་ཡིན་པས་རྒྱས་བྱ་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་བྱེད་མི་ལུས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། འོ་ན་ལས་  
ཀྱང་རྒྱ་མེད་པར་འབྱུང་ཏེ། བྱུང་ཐོན་པས་བྱ་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་བྱེད་མི་དགོས་པའི་  
ཕྱིར། གཞན་ཡང་ཞིག་པ་བྱུང་ཐོན་ནས་ཞིག་རྒྱས་ཁྲུང་པར་གཞན་ཞིག་བྱེད་པར་  
ཁས་ལེན་པ་མིན་གྱི། ཞིག་པར་བྱེད་པ་ཙམ་ཡིན་ནོ། །ལས་དེ་རང་གི་རྒྱུའི་དུས་  
ན་མེད་ཅིང་། དེའི་ཆེས་སུ་འབྱུང་བས་ཆེས་སུ་འགོ་ལྗོག་མཐོང་བ་བཞིན་དུ།  
ལས་ཞིག་པ་ཡང་ལས་ཀྱི་དུས་ན་མེད་ཀྱང་དེའི་ཆེས་སུ་འབྱུང་བས་ལས་ལ་སྒྲ་  
ཕྱིའི་ཆེས་སུ་འགོ་ལྗོག་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ།

གཞན་ཡང་ཞིག་པ་དངོས་པོར་མི་འདོད་ན། སྐྱེ་བའི་རྒྱུན་གྱིས་ཀློག་ཞེས་  
པའི་ལུང་དང་ཡང་འགལ་ཏེ། སྐྱེ་བ་ཡི་བའི་རྒྱུན་དུ་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཞིག་པ་  
འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤང་པོའི་ནང་དུ་བསྐྱུས་ནས་གསུངས་པ་ཡང་མི་འཐད་པར་འབྱུང་  
རོ། །དེས་ན་ལས་ལ་སྐྱེ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་བྱུང་བའི་ཕྱིར་ཞིག་པ་རང་བཞིན་  
གྱིས་མེད་ལ། དེ་ལྟ་ན་མིང་ཙམ་གྱིས་བཞག་པའི་ཞིག་མ་ཞིག་དངོས་པོར་



མཚུངས་པས་ཀུན་གཞི་སོགས་ཁས་མ་སྤངས་ཀྱང་ཞིག་པས་འབྲས་བུ་སྐྱེད་པའི་  
 ཕྱིར་ལས་བྱས་པ་ཅུད་ཟོད་པར་མི་འགྱུར་རོ་སྟེ་དུ་དགོངས་ནས་སློབ་དཔོན་  
 གྱིས། གང་ཕྱིར་ལས་ནི་སྐྱེ་བ་མེད། །འདི་ལྟར་རང་བཞིན་མེད་དེའི་ཕྱིར། །གང་  
 ཕྱིར་ལས་ནི་མ་སྐྱེས་པ། །དེ་ཕྱིར་ཅུད་ཟར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་སོ།།

འོ་ན་བྱམ་པ་མེད་པ་སོགས་ཀྱང་དངོས་པོར་འགྱུར་རོ་ཞེན། དེ་ནི་བྱམ་  
 པ་དམིགས་བྱེད་ཀྱི་ཆོད་མ་ལོག་པ་ཅོམ་གྱིས་བཞག་ལ། དེ་གཉིས་སྤྱི་ཕྱིའི་རིམ་  
 པ་ཡང་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་མི་མཚུངས་སོ། །ཞིག་པས་འབྲས་བུ་སྐྱེད་ན་ཀུན་གཞི་  
 སོགས་ཁས་ལེན་པ་དོན་མེད་པར་རང་གཞན་ཀུན་མཐུན་ནོ།།

གཉིས་པ་ཐ་སྙད་དུ་ཡང་རང་མཚན་ཁས་མི་ལེན་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། ཕྱིར་  
 རང་མཚན་དོན་དམ་དུ་གྲུབ་པར་འདོད་ན་དངོས་སྤྱི་བར་འགྱུར་ལ། དོན་དམ་དུ་  
 མ་གྲུབ་ཀྱང་ཐ་སྙད་དུ་གྲུབ་པར་འདོད་པ་དབྱུ་མ་རང་རྒྱུད་པ་དང་། ཐ་སྙད་དུ་  
 ཡང་མ་གྲུབ་པ་སློབ་དཔོན་གཉིས་ཀྱིས་བཞེད་པའོ། །དེ་ལ་རང་མཚན་དོན་དམ་  
 དུ་གྲུབ་པ་བཀག་ནས་ཐ་སྙད་དུ་གྲུབ་པར་འདོད་ན་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་དངོས་  
 པའི་འཛིག་བྱེད་དུ་ཐལ་བ་དང་། སྟོང་ཉིད་དོན་གཞན་དང་ལྡན་པས་སྟོང་པར་  
 འགྱུར་གྱི་རང་སྟོང་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་བའོ། །དེ་ལ་དངོས་པོ་རང་གི་ངོ་བོས་  
 གྲུབ་ན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་གྲུབ་པར་འགྱུར་བས་འཕགས་པའི་མཉམ་གཞག་གིས་  
 དམིགས་རུང་དུ་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཆོ་  
 དངོས་པོ་མེད་པར་རྟོགས་པར་འགྱུར་ཏེ། དངོས་པོ་ཡོད་ན་འཕགས་པའི་མཉམ་

གཞག་ཡེ་ཤེས་གྱི་དམིགས་སུ་རུང་བ་ལས་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་དངོས་  
པོ་སྤར་ཡོད་ལ། སྤྱོད་ཉིད་མངོན་དུ་གྱུར་པའི་ཆོ་མཉན་པར་རྟོགས་པས་བྱམ་པ་ཐོ་  
བས་ལའིག་པ་ལྟར་ཡེ་ཤེས་དེ་ཉིད་དངོས་པོའི་འཇིག་བྱེད་དུ་འགྱུར་རོ། །གཞན་  
ཡང་སེམས་ཙམ་པ་རྣམས་གྱིས་གཉིས་མཉན་གྱི་ཤེས་པ་བདེན་པར་ཁས་སྐྱངས་  
ནས་དེ་ལ་ཕྱི་དོན་བཀག་པའི་སྒྲོན་སྤྱོད་པ་དང་ལྟན་པར་འདོད་པ་ལྟར། དངོས་  
པོ་རྣམས་གཞན་སྤྱོད་དུ་འགྱུར་གྱི་རང་སྤྱོད་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་ཏེ། དོན་དམ་དུ་  
གྲུབ་པའི་རང་བཞིན་ཁེགས་ཀྱང་རང་གི་ངོ་བོས་གྲུབ་པ་མི་ཁེགས་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །དེ་ལྟར་མངོ་ལས། སྤྱོད་པ་ཉིད་གྱིས་ཆོས་རྣམས་སྤྱོད་པར་མི་བྱེད་དེ་ཆོས་  
རྣམས་ཉིད་སྤྱོད་པ་ཉིད་དང་ཞེས་སོགས་གྱི་དོན་ལོག་པར་བཤད་པར་འགྱུར་རོ། །

དེས་ན་རྟོན་འགྱུར་གི་ཆོས་རྣམས་མིང་ཙམ་བརྟེན་ཙམ་གྱི་སྒྲོན་སྤྱོད་པ་བྱེད་  
པ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་ཡང་རང་བཞིན་ཁེགས་དགོས་ཤིང་གང་དུ་བྱ་བ་བྱེད་པ་དེར་  
རང་བཞིན་ཁེགས་པ་དགོས་པས་ཐ་སྙད་དུ་ཡང་རང་བཞིན་ཁེགས་པ་ཡིན་ནོ། །  
དེ་ལྟར་ཡང་དག་པ་དང་ལོག་པའི་ཀུན་རྫོབ་གྱི་རྣམ་དབྱེ་མི་རུང་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་  
ན། སྤྱང་ཚུལ་ལྟར་དོན་བྱེད་ནུས་མི་ནུས་ལ་ཡང་ལོག་གི་རྣམ་དབྱེ་མི་རུང་བ་  
འདོད་པ་ཡིན་ཏེ། འཇིག་རྟེན་པའི་ཤེས་པ་ལ་སྤྱང་བ་ལ་སྤྱང་བ་ལྟར་མ་གྲུབ་པས་  
བྱུང་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ན་ཡང་ཐ་སྙད་པའི་ཤེས་པ་ཉིད་ལ་ལྟོས་ནས་ཡང་དག་  
ཀུན་རྫོབ་དང་ལོག་པའི་ཀུན་རྫོབ་གྱི་རྣམ་དབྱེ་འཐད་དོ། །དེ་ལ་སྒྲོན་པོ་མཚན་  
གཞི། ཡང་དག་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་མཚན། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་གང་ཞིག་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མ་

རྟོགས་པར། སྤང་བ་ལྟར་དུ་མ་གྲུབ་པར་རྟོགས་མི་རུས་པ། གཟུགས་བརྒྱན་  
 མཚན་གཞི། ལོག་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་མཚོན། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་གང་ཞིག །དེ་ཁོ་  
 བ་ཉིད་རྟོགས་པ་ལ་མ་ལྟོས་པར་སྤང་བ་ལྟར་དུ་མ་གྲུབ་པར་རྟོགས་རུས་པ།  
 ཡུལ་བཞིན་དུ་ཡུལ་ཅན་ལ་ཡང་ཡང་ལོག་གི་རྣམ་དབྱེ་འཐད་ལ། རང་རྒྱུད་པ་  
 རྣམས་ནི་ཡུལ་ཅན་ལ་ཡང་ལོག་གི་རྣམ་དབྱེ་མི་བྱེད་དེ། རང་སྤང་མཁན་གྱི་རང་  
 རིག་མཛོད་སུས་སྤང་ཡུལ་ལ་འབྱུང་བ་མི་སྲིད་པས་སྤང་ཚུལ་ལྟར་དོན་བྱེད་རུས་  
 མི་རུས་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་མི་སྲིད་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཐ་སྙད་དུ་ཡང་རང་བཞིན་  
 མེད་ན་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་མི་སྲིད་པས་བདེན་པ་གཉིས་སུ་བཞག་ཏུ་མེད་པར་  
 འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། ཐ་སྙད་ཀྱི་བསམ་པའི་ངོར་བདེན་པ་ཐ་སྙད་ཀྱི་བདེན་པ་ཡིན་  
 གྱི། ཐ་སྙད་དུ་བདེན་པ་མི་སྲིད་པས་ཉེས་པ་མེད་དོ།

དེ་ལ་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་མཚན་གཞི་དང་། མཚན་ཉིད་དང་། མཚན་  
 གཞི་ལ་མཚན་ཉིད་ངས་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་དང་། འཕགས་པའི་མཉམ་གཞག་གིས་  
 དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གཟིགས་པའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། དངོས་ཀྱན་ཡང་དག་ཏུན་པ་  
 མཐོང་བ་ཡིས། །དངོས་རྟེན་ངོ་བོ་གཉིས་ནི་འཛིན་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་  
 པ་ལྟར་ཕྱི་ནང་གི་དངོས་པོ་འདི་རྣམས་བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་རྟོགས་པར་རུས་  
 པའི་ཐ་སྙད་པའི་ཤེས་པས་རྟེན་པ་དང་། གང་ཞིག་ལྷ་བའི་ཕྱིར་དུ་འཕགས་པའི་  
 ལམ་སློམ་པ་འབྲས་སུ་དང་བཅས་པར་འགྱུར་བ་དོན་དམ་དཔྱད་པའི་ཚད་མས་  
 རྟེན་པའི་དོན་གཉིས་གནས་ཏེ། དེ་ལ་བྱིས་པ་རྣམས་ལ་བདེན་པར་གྲགས་པའི་

སྒྲོན་པོ་ལ་སོགས་པ་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་ཡིན་ལ། སྒྲོན་པོ་རང་བཞིན་མེད་པ་ནི་  
དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ཡིན་ནོ། གང་ཞིག་སྒྲོན་པོ་ལ་སོགས་པ་བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱི་  
ངོར་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་བ་དེ་དག་གིས་ལོག་པར་སྒྲུས་པ་ཡིན་  
ཏེ། སྒྲོན་པོ་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པར་རྟོགས་པ་ལ་དེའི་སྒྲོན་དུ་བདེན་འཛིན་གྱི་སྒྲོ་  
འདོགས་ཚད་པ་འགོ་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ།

གཉིས་པ་ལ། ཁ་ཅིག་ ཀུན་རྫོབ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད་རྟེན་འབྲེལ་སྒྲ་  
ཚོགས་སུ་སྒྲུང་བ་དང་། དོན་དམ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད་རང་བཞིན་སྒྲོས་བྲལ་  
གང་ཞིག་ ཡོངས་གཙོ་དུ་ཤེས་རྒྱུ་ཡིན་ཀྱི་གཞུང་གྲུ་ལས་འདས་པ་ཞེས་ཟེར་  
ཏོ། །དེ་ལྟར་ལྟ་བུ་པ་མ་གོ་བའི་བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པའི་དོན་  
མངོན་སུམ་གྱིས་རྟོགས་པར་འགྱུར་བས་བདེན་འཛིན་གྱི་སྒྲོ་འདོགས་མངོན་སུམ་  
ཚད་མའི་སྒྲོབས་ཀྱིས་ཚད་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་གང་ཟག་དེ་འཕགས་པར་  
ཐལ་ལོ། །རྣམ་བཙད་ཅུ་དུ་བྱུབ་པའི་དགག་པ་ཡང་དོན་དམ་བདེན་པར་འགྱུར་  
ཏེ། རང་བཞིན་གྱི་སྒྲོས་པ་དང་བྲལ་བ་གང་ཞིག་ ཡོངས་གཙོ་དུ་ཤེས་རྒྱུ་ཡིན་  
གཞུང་གྲུ་ལས་འདས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཡོངས་གཙོ་དུ་མ་བྱུབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
སྒྲ་མ་བྱུབ་སྟེ། རང་བཞིན་གྱི་སྒྲོས་བྲལ་མིན་ན་བདེན་པར་འགྱུར་པར་འགྱུར་  
རོ། །དེས་ན་ཐ་སྙད་པའི་ཚད་མས་དངོས་སུ་རྟེན་པ་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པའི་དོན་  
དང་། མཐར་ཐུག་དཔྱད་པའི་རིགས་ཤེས་ཀྱིས་དངོས་སུ་རྟེན་པ་དོན་དམ་བདེན་  
པའི་དོན་ཏོ།

གསུམ་པ་ལ། རོན་དམ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད་ངེས་བྱེད་དང་། ཀུན་  
 རྫོབ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད་ངེས་བྱེད་དང་། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་དང་ཀུན་རྫོབ་ཅུ་  
 དུ་དབྱེ་བའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། ལྷ་གྲ་རང་བཞིན་མེད་པ་རིགས་ཤེས་ཀྱིས་  
 དངོས་སུ་རྟོགས་པ་ན་དེ་རིགས་ཤེས་ཀྱིས་རྟོགས་པའི་ལྷ་གྲ་བ་དེ་ཉིད་ལྷགས་ལ་  
 རྟོགས་པ་ཡིན་ཏེ། ལྷ་གྲ་རང་བཞིན་མེད་པ་ལ་སྒྲོ་ཁ་ལྷོགས། དེ་དངོས་སུ་མ་  
 རྟོན་པའི་སྒྲོ་འདོགས་རིགས་ཤེས་ཀྱིས་ཆོད་པའི་ཕྱིར། མཚན་གཞི་ངེས་བྱེད་ཀྱི་  
 ཆོད་མ་ཉིད་ཀྱིས་མཚན་ཉིད་ཀྱང་ལྷགས་ལ་རྟོགས་པ་ཡིན་ནོ།

གཉིས་པ་ནི། སྔོན་པོ་དེ་མ་སྟོང་པའི་ཤེས་པ་འབྲུལ་པ་ཅུ་གྱིས་རྟོག་  
 པར་གྲུབ་པ་ལ་སྔོན་པོ་འཇལ་བའི་ཆོད་མ་འབྲུལ་ཤེས་སུ་གྲུབ་དགོས་ལ། དེ་  
 ཡང་སྔོ་འཛིན་ལ་སྒྲུབ་པ་ལྟར་གྱི་རང་མཚན་མ་གྲུབ་པར་རིགས་ཤེས་ཀྱིས་རྟོགས་  
 པ་ལ་ལྷོས་པས་མཐར་ཐུག་དཔྱོད་པའི་རིགས་ཤེས་དང་། སྔོན་པོ་འཇལ་བའི་མ་  
 སྟོང་པའམ་ཤེས་པ་གཉིས་ལ་ལྷོས་ནས་མཚན་ཉིད་ངེས་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ།

གསུམ་པ་ནི། ཁ་ཅིག་སྔོན་པོ་སོགས་བྱིས་པའི་ངོར་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་  
 པ་ཡིན་ལ། འཕགས་པ་འོག་མ་གསུམ་གྱི་རྗེས་ཐོབ་ཀྱི་ངོར་ཀུན་རྫོབ་ཅུ་ཡིན་གྱི་  
 ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་མིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །དེ་ལྟར་ནི་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
 བདེན་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་འཆད་མི་རུས་པར་འགྱུར་ཏེ། རང་  
 ཉིད་ཀྱི་སྒྲོ་འདོར་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་མི་སྟོན་པའི་ཕྱིར་རོ།

དེས་ན་ཀུན་རྫོབ་ཅུ་ཞེས་པ་ཉན་རང་དགྲ་བཅོམ་པ་དང་དབང་ཐོབ་པའི་

བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔར་རྣམས་ཀྱི་ཐོབ་ཀྱི་ངོར་བཞག་པ་ཡིན་ལ། དེའི་དོན་  
ཡང་དེ་དག་གི་རྒྱུད་ལ་གཟུགས་སྐྱོ་སོགས་བདེན་པར་འཛོག་པའི་སློ་ཀུན་རྫོབ་པ་  
མེད་པར་སྟོན་པ་ཡིན་གྱི། དེ་དག་གི་སློ་ཀུན་རྫོབ་པའི་ངོར་གཟུགས་སྐྱོ་སོགས་  
བདེན་པར་མ་གྲུབ་པར་སྟོན་པ་མིན་ནོ། །ཉན་རང་འཕགས་པ་སློབ་པ་དང་ས་  
བདུན་པ་མན་ཆད་ཀྱི་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་བདེན་པ་འཛོག་པར་བྱེད་པའི་  
སློ་ཀུན་རྫོབ་ཡོད་དེ། ཉན་སྒྲིབ་མཛོན་གྱུར་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་དེ་དག་གི་  
ཐོབ་ཀྱི་ཐོབ་ངོར་གཟུགས་སྐྱོ་སོགས་ལ་ཀུན་རྫོབ་ཅུང་ཞེས་མི་བྱའོ། དེས་ན་གང་  
ཟག་དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་སློ་ཀུན་རྫོབ་པའི་ངོར་གཟུགས་སྐྱོ་སོགས་བདེན་པར་མ་གྲུབ་པ་  
དང་། དེའི་སློ་ཀུན་རྫོབ་པའི་ངོར་གཟུགས་སྐྱོ་སོགས་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པར་མ་གྲུབ་  
པ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་འབྲུལ་ནས་སོ་སོར་མ་བྱེད་པ་ཡིན།

བཞི་པ་ནི། མདོ་ལས། འགའ་ཡང་མཐོང་བ་མེད་པ་ནི་མཐོང་བ་དམ་  
བའོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཏེ། དཔེར་ན་ཐོགས་བཅས་ཀྱི་གཟུགས་ཡོད་ན་  
དམིགས་རུང་མ་དམིགས་པ་ལ་ནམ་མཁའ་མཐོང་ཞེས་པ་ལྟར། འཕགས་པའི་  
མཉམ་གཞག་གིས་བདེན་མེད་རྟོགས་པ་ཡིན་ཏེ། བདེན་པ་ཡོད་ན་དམིགས་སུ་  
རུང་བ་ལས་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར། སྤང་བའི་སྒྲོས་པ་ཡང་མ་ལུས་པར་ལྟོག་པ་  
དགོས་པ་ཡིན་ཏེ། སྒྲིབ་པ་ཟད་པར་མ་སྤངས་པ་རྣམས་ལ་ཀུན་རྫོབ་སྤང་ན་བདེན་  
པ་སྤང་དགོས་པས་འབྲུལ་ཤེས་སུ་འགྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཀུན་རྫོབ་པ་རྣམས་རང་  
གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཛོན་སུམ་ཏུ་གཟིགས་པའི་ངོར་མེད་དེ། །དེའི་ངོར་ཡོད་ན་རང་

གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་གྲུབ་དགོས་པ་ལས་རང་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་ཐ་སྟངས་དུ་བྱི་རོལ་གྱི་དོན་ཁས་ལེན་བཞིན་ལ་འབྱོར་སྟོན་པ་བ་  
 རྣམས་ཀྱིས་བྱི་རོལ་གྱི་དོན་མེད་པའི་སེམས་ཅམ་ཞིག་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་གྲུབ་པ་ཡིན་  
 རོ་ཞེས་ཟེར་རྟེ། །དེའི་དཔེ་ལྟར་ཡིན་ངེས་པས་མི་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་བཞིན་  
 རོ་ཞེས། མི་འཐད་དེ། མི་ལམ་ན་བྱི་དོན་བདེན་པ་བ་མེད་པ་བཞིན་དུ་སེམས་  
 ཀྱང་བདེན་པ་བ་ཡོད་པ་མ་གྲུབ། སད་པའི་དུས་སུ་ཤེས་པ་དྲན་པའི་རྟགས་ལས་  
 མྱོང་བ་ཡོད་པར་དཔོག་ན་མི་ལམ་ན་ཡང་དོན་ཡོད་པར་འགྱུར་རྟེ། སད་དུས་སུ་  
 དྲན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། གཉིད་ཀྱི་རྒྱུན་གྱིས་དོན་སྤང་གི་ཤེས་པའི་བག་ཆགས་  
 སྤྲིན་པ་ལས་མི་ལམ་གྱི་ཤེས་པ་སྤྲེས་པ་ཡིན་གྱི། དོན་གྱི་དབང་གིས་མ་ཡིན་རོ་ཞེ་  
 བ། ལོང་བ་ལ་ཡང་གཉིད་སད་པའི་ཆོ་སྒྲོ་སོགས་གསལ་བར་སྤང་བའི་ཤེས་པ་  
 ཅིའི་ཕྱིར་མི་སྤྲེ་ཞེས་ངེས་པས་རྒྱུན་གཉིད་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས། འོ་ན་ལོང་བ་ལ་  
 སད་པའི་དུས་སུ་སྒྲོ་སོགས་གསལ་བར་སྤང་བའི་ཤེས་པ་མི་སྤྲེ་བ་བཞིན་དུ་མི་  
 ལམ་གྱི་དུས་སུ་འང་མི་སྤྲེ་བར་འགྱུར་རྟེ། གཉིས་ཀ་མིག་མེད་པར་མཚུངས་པའི་  
 ཕྱིར། རྟགས་ཁས། དེས་ན་སད་པའི་དུས་སུ་ཡང་མིག་དང་གཟུགས་དང་དེར་  
 སྤང་གི་ཤེས་པ་རྟུན་པ་སྤྲེ་བ་བཞིན་དུ་མི་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་འང་གསུམ་པོ་  
 དེ་ཡོད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཛོན་དུ་གྱུར་པའི་ངོར་གསུམ་པོ་མེད་པ་བཞིན་  
 དུ་སད་པའི་དུས་སུ་འང་མི་ལམ་གྱི་གསུམ་པོ་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །མི་ལམ་གྱི་དུས་  
 སུ་མིག་གཟུགས་སོགས་ཡོད་ན་སད་པའི་དུས་སུ་འང་མཛོང་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་

ན། དེ་ལྟ་ན་སང་པའི་དུས་ནའང་མེད་པར་ཐལ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མངོན་དུ་གྱུར་པའི་  
 རོར་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་མེད་ཀྱང་སང་དུས་ཀྱི་ཤེས་པ་ཡུལ་དང་བཅས་པར་  
 བྱལ་ན་མི་ལས་ཀྱི་དུས་ནའང་ཤེས་པ་ཡུལ་དང་བཅས་པ་བྱལ་བ་ཡིན་ནོ། དེས་  
 ན་ཐ་སྟངས་པའི་ཆད་མའི་རོར་དོན་སེམས་གཉིས་ཀ་ཡོད་པར་མཚུངས་སོ། དེ་ཁོ་  
 ན་ཉིད་སེམས་པའི་རོར་གཉིས་ཀ་མེད་པར་མཚུངས་པས་དོན་མེད་ལ་སེམས་  
 ཡོད་པར་འདོད་པ་མི་རིགས་སོ།།

བཞི་པ་རང་རྒྱུད་ཁས་མི་ལེན་པ་ལ། རང་རྒྱུད་དང་གཞན་གྲགས་སྤྱི་  
 རྣམ་གཞག་དང་། རང་རྒྱུད་ཁས་མི་ལེན་པའི་འཐད་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྟོབ་  
 དཔོན་རྣམ་པ་གཉིས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཆད་མ་དང་གཞན་གྱི་གང་ཡང་ཞལ་གྱིས་མི་  
 བཞེས་པས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་རྟགས་མི་སྲིད་པ་ཡིན་གྱི། རང་རྒྱུད་ཀྱི་སྟོར་རག་འབའ་  
 ཞིག་ལ་རང་རྒྱུད་མི་སྲིད་པར་སྟོན་པ་མིན་ནོ། །གཞན་གྱི་ཁས་སྒྲུངས་ལ་ལྟོས་པ་  
 མེད་པར་རང་དབང་དུ་འཛིན་སྟངས་ཀྱི་དོན་ལ་མི་འབྲུལ་པའི་ཆད་མ་ལ་ཆད་མ་  
 རང་རྒྱུད་པ་དང་། དེས་ངེས་པའི་ཚུལ་གསུམ་དང་ལྡན་པའི་རྟགས་ལ་རང་རྒྱུད་  
 ཀྱི་རྟགས་ཞེས་དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པ་མན་ཆད་བཞེད་པས། དེ་ལྟ་བུ་མི་སྲིད་པར་  
 གཞན་གྲགས་འབའ་ཞིག་གི་སྟོན་པ་གཞན་གྱིས་དངོས་པོ་འདི་ཁོ་ན་ཉིད་ཁོང་དུ་  
 རྒྱུད་པར་མཛད་པ་ཡིན་ནོ།།

རང་རྒྱུད་ཀྱི་རྟགས་ཀྱི་ཚུལ་གསུམ་ངེས་བྱེད་ཀྱི་ཆད་མའི་རྩ་བ་རང་  
 མཚན་ལ་མི་འབྲུལ་པའི་མངོན་སུམ་ལ་ལྟོས་པར་རང་རྒྱུད་པ་རྣམས་བཞེད་ཀྱང་།



དེས་ཇི་ལྟར་བཟུང་བའི་རང་མཆོན་སློབ་དཔོན་འདིས་རྟགས་ཀྱི་དགག་བྱ་མཛེད་  
 བ་ཡིན་ནོ། །དབུ་མ་པ་ལ་རང་རྒྱུད་པ་དང་ཐལ་འགྱུར་བ་གཉིས་ཀྱི་ཐ་སྙད་སྒྲ་མ་  
 རྣམས་ཀྱིས་མཛེད་པ་ལྟར་ཡང་རུང་ལ། ཡང་ན་རང་རྒྱུད་ཀྱི་རྟགས་ཁས་ལེན་  
 བའི་སློན་ནས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟགས་པར་མཛེད་པ་དང་། དེ་ཁས་མ་སྒྲངས་པར་  
 གཞན་གྲགས་ཀྱི་རྟགས་ཀྱི་སློན་ནས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་རྟགས་པ་སླེད་པའི་དབུ་མ་པ་  
 གཉིས་སུ་དབྱེ་ལོ། །རྟགས་དེ་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཡང་གཞན་གྱི་ཁས་སྒྲངས་ལ་མ་  
 ལྟོས་པར་རང་དབང་དུ་འཛིན་སྒྲངས་ཀྱི་དོན་ལ་མི་འབྱུང་བའི་ཆོད་མས་བཞག་  
 བའི་ཚུལ་གསུམ་དང་ལྡན་པ་ལ་རང་རྒྱུད་དང་། དེ་ལྟ་མིན་པར་གཞན་གྱིས་ཁས་  
 སྒྲངས་ལ་ལྟོས་ནས་ཆོད་མས་ངེས་པའི་ཚུལ་གསུམ་དང་ལྡན་པ་ལ་གཞན་གྲགས་  
 ཀྱི་གཏན་ཆོགས་ཞེས་བྱའོ།

ཁ་ཅིག་ཚུལ་གསུམ་གཞན་གྱིས་ཁས་སྒྲངས་པའོ། ཁས་སྒྲངས་པའི་  
 མཐར་ཐུག་པ་ཅམ་གྱིས་གཞན་གྱི་ལོག་རྟོག་འགོག་པ་ཐལ་འགྱུར་བ་དང་ཚུལ་  
 གསུམ་ཆོད་མས་ངེས་པའི་སློན་ནས་བྱེད་པ་རང་རྒྱུད་པ་ཞེས་འདོད་པ་དང་།  
 གཞན་དག་བདེན་པ་འགོག་པ་ཅམ་གྱི། བདེན་མེད་མི་སྐྱབ་པ་ཐལ་འགྱུར་པ་  
 དང་། བདེན་མེད་ཀྱང་སྐྱབ་པ་རང་རྒྱུད་པ་ཞེས་ཁྱད་པར་འབྱེད་པ་ནི་མི་འཐད་པ་  
 རྒྱས་པར་གཞན་དུ་གསུངས་ཟིན་པས་འདིར་བཞེད་བྱང་དུ་མ་བྱིས་ལོ།

གཉིས་པ་ནི། དབུ་མ་པས་དངོས་སྤྱོད་པའི་ངོར་སྤྱོད་ཀྱང་བཞིན་མེད་པར་  
 སྤྱོད་པའི་ཆོ་སྤྱོད་དེ་རང་རྒྱུད་རྟགས་ཀྱི་ཤེས་འདོད་ཆོས་ཅན་དུ་མི་རུང་བར་ཐལ།

དེའི་ཆོ་གཞི་ལྟ་བུའི་ཡོད་ལྟོག་དང་དགག་བྱའི་ཆོས་རང་བཞིན་གཉིས་དོན་ལྟོག་  
སོ་སོར་འཆར་རྒྱུ་ཡོད་མེད་བཅས་པའི་ཆོ་ན་སོ་སོར་འཆར་རྒྱུ་མེད་པར་གཅིག་ཏུ་  
འཆར་བར་དངོས་སྒྲུབ་ས་འདོད་པའི་ཕྱིར། འོ་ན་རྟགས་ཡང་དག་གི་འདུ་ཆོས་  
ཅན་དུ་མི་རུང་བར་འགྱུར་རེ་ཞེ་ན། སྒྲིན་མེད་དེ། ལྟ་བུ་རྟོན་འབྱུང་དུ་ཆད་མས་  
ངེས་པས་ཕྱོགས་ཆོས་གྲུབ། རྟོན་འབྱུང་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་ལ་གཞོད་པ་ཅན་  
གྱི་ཆད་མ་བསྟན་པའི་སྒྲོ་ནས་ལྟ་བུ་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་པའི་རྗེས་དཔག་  
སྐྱེད་པར་རུས་པའི་ཕྱིར། གཞོད་པ་ཅན་གྱི་ཆད་མ་སྤར་མ་མཐོང་བ་མཐོང་རུང་དུ་  
ཡོད་པའི་ཆོ་བྱུང་པ་ལ་ཐེ་ཆོས་དང་ལྡན་པའི་སྐབས་མི་སྲིད་ན་རྗེས་དཔག་བསྐྱེད་  
དུ་མེད་པར་འགྱུར་ལ། ཐེ་ཆོས་གྱི་སྐབས་ཡོད་ན་རང་རྒྱུད་རྟགས་ཀྱི་བྱུང་བར་  
འགྱུར་ཏེ། རྟགས་རྟོན་འབྱུང་ཆད་མས་ངེས་ཟིན་མ་བཞེད་པ་ལ་རང་བཞིན་ཡོད་  
མེད་ཐེ་ཆོས་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། སྒྲིན་མེད་དེ། རང་རྒྱུད་ཀྱི་རྟགས་ཡོད་ན་  
གཞི་ཆོས་ཅན་གྱི་ཡོད་ལྟོག་དང་དགག་བྱའི་ཆོས་གཉིས་ལ་ལྟ་བུ་མ་གོ་བའི་གོང་  
རོལ་ཏུ་ཡང་དོན་སྒྲི་སོ་སོར་འཆར་དུ་རུང་བས་བྱུང་ལ། རྟོན་འབྱུང་གི་ཡོད་ལྟོག་  
དང་། རང་བཞིན་གཉིས་ལ་དེ་ལྟ་བུ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རང་རྒྱུད་ཀྱི་བྱུང་བར་ཡང་  
མི་འགྱུར་རོ།

གཞན་ཡང་ལྟ་བུ་རང་བཞིན་མེད་པར་སྒྲུབ་པའི་ཆོ་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཤེས་  
འདོད་ཆོས་ཅན་དུ་མི་རུང་ན་གྲུབ་ཟིན་པའི་ཆོ་ན་མ་ཡང་མི་རུང་བས་མི་འཐད་  
དོ། །ལྟ་བུ་རྟོགས་པའི་ཆད་མའི་བྱེད་པ་མ་ཉམས་བཞིན་དུ་འདུག་པ་ལ་གཞོད་

བ་ཅན་གྱི་ཆད་མ་རགས་པ་མཐོང་ནས། ཅི་དེ་ལྷ་གྲུའང་རང་བཞིན་མེད་པར་  
བཞག་ཏུ་རུང་ངམ་སྟམ་དུ་ཐེ་ཆོས་དང་ལྷན་པའི་སྐབས་སྲིད་པས་སྦྱིར་རྟགས་  
ཡང་དག་གི་ཤེས་འདོད་ཆོས་ཅན་དུ་ངེས་པར་རུང་བ་ཡིན་ནོ།

མདོར་ན་ལྷན་སྦྱོས་གྱི་ཆད་མ་མཐུན་སྦྱང་དུ་གྲུབ་པ་དངོས་སྦྱ་བ་དང་  
གཉིས་ཀའི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པས་དེ་ཁོ་ན་ཅིད་གྱི་རྟགས་པ་སྦྱིད་དུ་རུང་བ་ཡིན་ལ།  
གྲུབ་མཐས་བཞག་པའི་མཐུན་སྦྱང་བ་མེད་པས་རང་རྒྱུད་མི་རུང་བ་ཡིན་ནོ།

ཅི་སྟེ་སངས་རྒྱས་པས་བྱེ་བྲག་པའི་དོར་སྦྱ་མི་རྟག་པར་སྦྱབ་པ་ན།  
འགྲུང་བ་ལས་གྲུར་པའི་སྦྱ་བྱེ་བྲག་པ་ལ་མ་གྲུབ། ནམ་མཁའི་ཡོན་ཏན་དུ་གྲུར་  
པའི་སྦྱ་སངས་རྒྱས་པ་ལ་མ་གྲུབ་ཀྱང་། སྦྱ་ཅམ་གཉིས་ཀ་ལ་གྲུབ་པ་བཞིན་དུ་  
དབུ་མ་བ་དང་དངོས་པོར་སྦྱ་བ་ཚོད་པའི་སྐབས་འདིར་ཡང་། བདེན་རྒྱན་གང་  
གིས་ཀྱང་བྱད་པར་དུ་མ་བྱས་པའི་སྦྱ་གྲུ་ཅམ་གཉིས་ཀ་ལ་གྲུབ་པས་རང་རྒྱུད་གྱི་  
ཤེས་འདོད་ཆོས་ཅན་དུ་རུང་ངོ་ཞིན། དེ་ནི་དཔེ་དོན་མི་མཚུངས་པ་ཡིན་ཏེ། བྱད་  
པར་དོར་བའི་སྦྱ་ཅམ་ལ་ཆད་མར་འགྲུར་བ་ཡོད་ཀྱང་སྦྱ་གྲུའི་རང་མཆན་ལའང་  
ཆད་མར་མ་སོང་། རང་མཆན་དང་བྲལ་བའི་སྦྱ་གྲུ་ལའང་ཆད་མར་མ་སོང་བའི་  
སྦྱ་གྲུ་ཅམ་ལ་ཆད་མར་འགྲུར་བ་དབུ་མ་བ་དང་དངོས་སྦྱ་བ་གཉིས་ཀས་བདེན་  
གཉིས་གང་དུའང་གྲུབ་པར་མི་འདོད་པའི་ཕྱིར་རོ།

ཐལ་འགྲུར་བ་ནང་མན་ཚུན་ཐ་སྟོན་པའི་དོན་འགའ་ཞིག་ལ་རྗེས་དཔག་  
སྦྱིད་པར་འདོད་པའི་ཆོ་གྲུབ་མཐས་བཞག་པའི་ཆོས་ཅན་མཐུན་སྦྱང་དུ་གྲུབ་པ་

ཡོད་ཀྱང་རང་རྒྱུད་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ། འཛིན་སྐྱབས་ཀྱི་དོན་ལ་མི་འབྱུང་བའི་ཚད་  
མ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ།

ལྷ་པ་རང་རིགས་ཁས་མི་ལེན་པའི་ཚུལ་ལ། ཁས་ལེན་པའི་སྟོགས་  
དགོད་པ་དང་། དེ་མི་འཐད་པར་བསྟན་པ་དང་། རང་ལུགས་བཞག་པའོ། །  
དང་པོ་ནི། ཤེས་པ་ཇུས་གཅིག་གི་སྟེང་ན་ཁ་ཕྱིར་སྟོགས་པ་རང་རིག་གི་བྱ་བའི་  
ཆར་གྱུར་པའི་གཟུང་བའི་རྣམ་པ་དང་ནང་ཁོན་སྟོགས་པར་བྱེད་པའི་ཆར་གྱུར་  
པའི་འཛིན་པའི་རྣམ་པ་གཉིས་ཡོད་དེ། དེ་ལྷ་མ་ཡིན་ན། སྟོན་པོ་མངོན་སུམ་  
གྱིས་རྟོགས་ཀྱང་། མངོན་སུམ་ངེས་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མ་མེད་པས་སྟོན་པོ་ཉིད་ཀྱང་  
ཚད་མས་མི་འབྱུང་བར་འགྱུར་བས་ཤེས་པ་ཇུས་གཅིག་ལ་བྱ་བྱེད་མི་འདྲ་བའི་  
རང་རིག་ཡོད་ལ། དེ་ལྷར་ཡོད་པའང་དྲན་པའི་འཛིན་སྐྱབས་ལས་ཤེས་ཏེ། འདི་  
ལྷར། སྟིར་དྲན་པ་མཐའ་དག་སྟོང་བའི་རྗེས་སུ་འབྱུང་བ་ཡིན་ལ། བྱེ་བྱག་ཏུ་  
ངས་སྟོན་པོ་སྤར་མཐོང་ངོ་སྟོན་དུ་དྲན་པའི་ཚེ་སྟོན་པོ་དྲན་པ་དང་སྟོན་པོ་མཐོང་བ་  
དྲན་པ་དྲན་པའི་འཛིན་སྐྱབས་ལ་ཡོད་ལ། དེས་དབག་པར་བྱ་བའི་སྟོན་པོ་སྟོང་  
བྱེད་དང་སྟོན་པོ་མཐོང་བ་སྟོང་བྱེད་གཉིས་ཡོད་པར་བྱུང་བས་རང་རིག་ཡོད་པར་  
བྱུང་ལ། གཉིས་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་དེའང་རང་རིག་ཉིད་ཀྱིས་འབྱུང་བས་སྟུབ་བྱེད་  
ཐུག་མེད་པར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཟེར་རོ།

གཉིས་པ་ནི། རྟགས་སུ་བཀོད་པའི་དྲན་པ་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་  
བའི་མཐའ་བཞིའི་སྟེ་བ་བཀག་པས་བཀག་ཟེན་ལ། ཐ་སྙད་པ་ཙམ་ཡིན་ནའང་

རང་རིག་སྐྱབ་པའི་རྟགས་སུ་མི་རུང་སྟེ། སྐྱབ་བྱ་ངེས་པའི་སྤྲོ་རོལ་ཏུ་དབེ་ལ་  
 རང་རིག་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་དང་། སྟོང་བ་ཙམ་ཡོད་པར་གྲུབ་ཀྱང་རང་སྟོང་ཡོད་  
 པར་མི་འགྲུབ་སྟེ། མེ་ཙམ་ལས་མེ་ཤེལ་དཔོག་པ་ལྟར་མ་ངེས་པའི་ཕྱིར།  
 གཞན་ཡང་དཔར་བ་སྟོང་བ་ལས་སྐྱེ་བ་མི་འཐད་པར་ཐལ། གཞན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 བྱམས་པ་དང་། ཉེ་སྤྱོད་ཀྱི་དཔར་སྟོང་བཞིན། རྒྱུད་གཅིག་པ་དང་རྒྱུད་འབྲས་  
 བྱ་སོགས་ཀྱི་སྟོན་སྲ་ཀྱང་ཁྲད་པར་དབྱེ་བར་མི་རུང་སྟེ། དེ་དག་ལ་འང་རྩས་  
 གཞན་གྱིས་གཞོད་པ་ཡིན་ནོ། །རྩས་གཅིག་ལ་བྱ་བྱེད་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ཡོད་ན་  
 དོན་དམ་པའི་བྱ་བྱེད་དུ་འགྱུར་བས་རང་རིག་ཁས་ལེན་པས་རང་སྐྱེ་མི་འདོད་  
 བཞིན་དུ་འང་ཁས་ལེན་དགོས་སོ།

གསུམ་པ་ནི། དཔར་པའི་རྟགས་ལས་སྟོང་བ་ཙམ་དཔག་རྟུས་ཀྱང་རང་  
 དཔར་ལས་རང་སྟོང་དཔག་མི་རྟུས་ཏེ། སྤར་བཤད་པ་ལྟར་དབེ་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 དང་། སྟོན་པོ་དཔར་པའི་རྟགས་ལས་སྟོན་པོ་རིག་པ་སྟོན་དུ་སོང་བར་གྲུབ་  
 ལ། སྟོན་པོ་རིག་པར་གྲུབ་པ་ཉིད་ཀྱིས་རིག་པ་ཙམ་དུ་གྲུབ་ཟིན་པའི་ཕྱིར། རང་  
 རིག་ལ་སོགས་པའི་སྐྱབ་བྱེད་གཞན་རྟོག་པ་དོན་མེད་དོ། །ངས་སྤར་མཐོང་ངོ་  
 སྟམ་དུ་དཔར་པ་ན་དཔར་མཁན་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྟོང་མཁན་རང་ཉིད་ཡུལ་དུ་བྱས་པའི་  
 རང་སྟོང་མེད་ཀྱང་རང་དཔར་འཐད་པ་ཡིན་ནོ།

གཞན་ཡང་སྟོན་པོའི་རྣམ་པ་ཤར་ནས་སྟོན་པོ་དངོས་སུ་སྟོང་བྱེད་དེས་  
 སྟོན་པོ་དཔར་པའི་ལག་རྩས་བཞག་པ་ཡིན་པས་ཡུལ་གྱི་དཔར་པ་སྐྱེ་བ་འཐད་ལ།

སྡོན་པོ་དངོས་སུ་རྟོགས་པ་ན་སྡོན་འཛིན་ལྷགས་ལ་རྟོགས་པས་སྡོན་འཛིན་དུན་  
བའི་ལག་རྩེས་འཛིན་རྩས་པས་སྡོན་འཛིན་སྟོང་བྱེད་མེད་ཀྱང་དུན་པ་སྐྱེ་བའང་  
འཐད་པ་ཡིན་ནོ། །རང་རིག་ཁས་ལེན་པ་ཉམས་ཀྱིས་ནི་སྡོན་འཛིན་ལྷགས་ལ་  
རྟོགས་པར་བཞག་མི་རྩས་ཏེ། དེ་ལྟ་ན་རང་རིག་དོན་མེད་དོ་སྟུང་དུ་འདོད་དེ། །  
དོན་དེ་ལ་བསམ་ནས་འབྲུག་འབྲེལ་དུ། གང་ཉམས་སུ་སྟོང་བས་སྟོང་པ་དེ་དུན་  
བའི་ཤེས་པས་སྟོང་བ་མ་ཡིན་པས་དུན་པ་ཡུལ་དང་ལྷན་པར་འབྱུང་ལ། ཉམས་  
སུ་སྟོང་བའི་ཤེས་པས་ཡོངས་སུ་དབྱུད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དུན་པས་ཡོངས་སུ་མ་  
དབྱུད་པ་མ་ཡིན་པས། བདག་གིས་མཐོང་ངོ་ཞེས་བྱ་བར་ཡང་འབྱུར་རོ། །ཞེས་  
ཡུལ་གྱི་སྐྱབས་སུ་ཉམས་སུ་སྟོང་བ་ཞེས་པ་དང་། ཡུལ་ཅན་གྱི་སྐྱབས་སུ་ཡོངས་  
སུ་དབྱུད་པ་ཞེས་གསུངས་པར་སེམས་སོ། །

དུག་པ་ཉན་རང་ལ་ཆོས་རང་བཞིན་མེད་པ་རྟོགས་པ་ཡོད་པར་བཞེད་པ་  
ནི། གང་ཟག་ལ་དགག་བྱ་སྤྱོད་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུབ་པ་ཁེགས་པ་ན་གཞི་ཕུང་  
བའི་ལའང་། སྤྱར་གྱི་བྱུབ་པ་དང་གཏན་ཆོགས་བསྟན་པ་ཅམ་གྱིས་ཕུང་པོ་རང་  
བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་རྩས་པས་ཆོས་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་པར་བྱུབ་པ་  
ཡིན་ནོ། །ཕུང་པོ་དང་མཆན་ཉིད་མི་མཐུན་པའི་རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་རྣམས་ཡོད་ཀྱི་  
བདག་མེད་པར་རྟོགས་པ་ཅམ་གྱིས་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པར་བཞག་མི་  
རྩས་ཀྱང་དེ་ཅམ་གྱི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཀྱིས་དགག་བྱ་རྟོགས་པར་མི་ཁེགས་  
པ་ནི་འོག་དུ་འཆད་པར་འབྱུར་རོ། །ཆོས་རང་བཞིན་མེད་པ་མི་རྟོགས་ན་མུང་

འདས་ཐོབ་པའང་བཞག་མི་རུས་ཏེ། མདོ་ལས། དུང་ཡང་སྐྱེ་བ་དང་ངོ། །  
 ཚངས་བསྐྱེད་བ་བསྟན་ནོ། །བྱ་བ་བྱས་སོ། །འདི་ལས་སྤྱིད་བ་གཞན་མི་ཤེས་  
 སོ། །ཞེས་བྱ་བ་འདིར་དག་བཅོམ་པ་ལྷག་བཅས་ལ་སྐྱེ་བ་ཟད་དོ་སྤྲུལ་བའི་ཤེས་  
 བ་མི་རིགས་པར་འགྱུར་ཏེ། །ད་ལྟར་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་  
 བར་ཐུགས་སུ་མ་ཆུད་པའི་ཕྱིར། ད་ལྟར་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་རང་གི་མཚན་ཉིད་གྱིས་  
 བྱུང་གྲུང་མ་འོངས་པའི་སྐྱེ་བ་གཞན་མི་ལེན་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་དེ་སྐད་  
 གསུངས་པ་ཡིན་ནོ་སྤྲུལ་ནའང་མི་འཐད་དེ། ཆོག་དང་པོ་གསུམ་གྱི་རྒྱས་ལའད་  
 དུ། གང་སྤྱག་བསྐྱེད་འདི་མ་ལུས་པར་སྤངས་པ་ནས། རུབ་པ་ཞེས་པའི་བར་དུ་  
 གསུངས་པས་སྐྱེ་བ་ཟད་དོ་ཞེས་པའི་ཆོག་ནི་ད་ལྟར་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་རང་བཞིན་  
 གྱིས་མི་སྐྱེ་བའི་མཚོན་བྱེད་དུ་གསུངས་ཏེ། འདི་ཞེས་པའི་ཉི་ཆོག་སྒྲོམ་པའི་ཕྱིར་  
 དང་། མ་འོངས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་ཆོག་ཐ་མའི་རྒྱས་ལའད་དུ། སྤྱག་  
 བསྐྱེད་གཞན་མཚམས་མི་སྒྲུང་ཞེས་སོགས་གསུངས་སོ། །

ལྷག་བཅས་གྱི་སྤྲུལ་སྤྱོད་མོངས་སྤངས་པ་མཛོན་དུ་བྱས་པའི་དབང་  
 དུ་བྱས་ནས་གསུངས་ཀྱི། བྱང་པོ་ལོག་པ་མཛོན་དུ་བྱས་པའི་དབང་དུ་མཛད་པ་  
 མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་སྤྱག་བསྐྱེད་འདི་ཞེས་མི་གསུང་བར་ཉོན་མོངས་པ་འདི་  
 མ་ལུས་པར་སྤངས་པ་ཞེས་སོགས་གསུངས་རིགས་ན། དེ་སྐད་དུ་ཡང་མ་  
 གསུངས་སོ། །སྤྱག་བསྐྱེད་ཡང་ཉིར་ལེན་གྱི་བྱང་པོ་སྤྱིར་རྣམ་གྲངས་སུ་རྣམ་  
 བར་བཞག་གོ། །སྤྱི་སྤྱེ་བྱུག་ལ་འདུག་པས་ཉོན་མོངས་ལ་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་སྤྱེ་

སྐྱར་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། སྤྱི་ལོ་སྤྱི་ཁོན་ལ་སྐྱར་བ་ལ་སྐྱབས་འགར་གཞོད་བ་མཐོང་  
ན་བྱེ་བྲག་ལ་འཕྲག་བ་རིགས་ཀྱང་། འདྲི་ནི་སྤྱི་ལ་གཞོད་བ་མེད་བས་བྱེ་བྲག་  
ཁོན་ལ་སྤྱི་སྤྱི་སྐྱར་བ་མི་རིགས་སོ། །འདྲི་དག་རྒྱས་བར་རིགས་བ་དྲུག་ཅུ་བའི་  
འབྲེལ་བ་ལས་ཤེས་སོ། །

དེས་ན་རྩ་ཤེར་ཉན་ཐོས་ཀྱིས་ཆོས་ཀྱིས་བདག་མེད་རྟོགས་བ་ལུང་དང་  
རིགས་བའི་སློན་ས་རྒྱས་བར་བསྐྱབས་ཤིང་། རྩ་ཤེར་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་  
རིགས་ཅན་གསུམ་ག་ཡོད་བས་ཐེག་བ་ཐུན་མོང་བའི་བསྐྱན་བཅོས་སུ་སློབ་དཔོན་  
ཟླ་བ་གྲགས་བ་བཞེད་ལ། སློབ་དཔོན་ལེགས་ལྷན་འབྲེད་ནི་ཉན་ཐོས་ལ་ཆོས་ཀྱི་  
བདག་མེད་རྟོགས་བ་མེད་བས་ཐེག་བ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་བའི་བསྐྱན་བཅོས་སུ་  
བཞེད་བ་ཡིན་ནོ། །

བདུན་བ་སྤྱི་བ་བ་གཉིས་ཀྱི་འཛོག་ཚུལ་ལ། སེམས་ཅམ་བའི་འདོད་བ་  
དང་དབུ་མ་བའི་འདོད་བའོ། །དང་པོ་ནི། ཉན་མོངས་ཅན་གྱི་མ་རིག་བ་རིག་བ་  
ཡེ་ཤེས་ཀྱི་འགལ་བ་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཡིན་བར་སློབ་དཔོན་ཀུན་མཐུན་ཡང་།  
སློབ་དཔོན་ཐོགས་མེད་སྐྱེ་མཆེད་ནི། མ་རིག་བ་ནི་ཕྱང་པོའི་གནས་ལྷགས་ལ་  
མོངས་བ་ཅམ་གྱི་མ་རྟོགས་བའི་སློ་ཡིན་གྱི། ལོག་རྟོག་མ་ཡིན་ལ། འཛོག་ལྷ་ནི་  
གང་ཟག་གི་བདག་དང་། དེའི་བདག་གི་བར་སློ་འདོགས་བའི་ཤེས་རབ་ཉན་  
མོངས་ཅན་ལོག་རྟོག་གིས་བསྐྱས་བར་བཞེད་ལ།

སློབ་དཔོན་ཕྱོགས་སྒྲུང་ཡབ་སྐུས་ནི་འཛོག་ལྷ་འང་ཉན་མོངས་ཅན་གྱི་མ་



རིག་པར་བཞེད་ཅིང་། མ་རིག་པ་མཚུངས་ལྡན་དུ་བཤད་པའང་མི་འགལ་ཏེ།  
 བ་ལ་ཤ་དང་ལྡན་པའི་ནགས་ཞེས་པ་ལྟར་མ་རིག་པའི་སྤྱོད་ས་གཅིག་ཡིན་པས་མ་  
 རིག་པ་དང་ལྡན་པར་བཤད་དོ་ཞེས་བཞེད་དོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ཉོན་མོངས་པ་ས་བོན་  
 དང་བཅས་པ་རྣམས་ཉོན་མོངས་པའི་སྦྱིབ་པ་དང་། གཟུང་འཛིན་ཇས་ཐ་དད་དུ་  
 འཛིན་པའི་རྟོག་པ་ས་བོན་དང་བཅས་པ་ཤེས་བྱའི་སྦྱིབ་པར་བཞེད་ལ། གང་ཟག་  
 སྤང་བོ་དང་མཚན་ཉིད་མི་མཐུན་པའི་རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་ཇས་ཡོད་དུ་འཛིན་པ་ནི་  
 གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་ཡིན་ཞིང་། དེའི་ཞེན་ཡུལ་བཀག་པ་གོམས་པར་བྱས་  
 བ་ཙམ་གྱིས་སྲིད་པ་ལས་གྲོལ་རྒྱས་པར་དོན་སེམས་དང་དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པ་  
 རྣམས་མཐུན་ནོ།

གཉིས་པ་དབུ་མ་པའི་ལུགས་ལ། རང་རྒྱུད་པ་རྣམས་ནི་ཉོན་སྦྱིབ་ངོས་  
 འཛིན་ཚུལ་བྱུང་མཐའ་འོག་མ་གསུམ་དང་མཐུན་ལ། ཤེས་སྦྱིབ་ནི་བདེན་འཛིན་  
 གྱི་སྒོ་ས་བོན་དང་བཅས་པ་ལ་བཞེད་དོ། །དབུ་མ་ཐལ་འགྱུར་བ་ཞེས་སམ།  
 གཞན་གྲགས་པ་ཞེས་པའི་ལུགས་ལ། རང་རྒྱུད་པའི་ལུགས་དེ་མི་འཐད་པར་  
 བསྟན་པ་དང་། དེའི་སྒྲིན་སྒྲོང་དགག་པ་དང་། རང་གི་ལུགས་བཞག་པ་དང་།  
 དེ་ལ་རྩོད་པ་སྤང་བའོ། །དང་བོ་ལ། དགག་པ་དངོས་དང་། ཉིས་པ་དེ་དག་  
 འཇུག་པའི་རྒྱ་མཚན་ནོ།

དང་བོ་ནི། གང་ཟག་སྤང་བོ་དང་མཚན་ཉིད་མི་མཐུན་པའི་རང་རྒྱ་ཐུབ་  
 པའི་ཇས་ཡོད་མེད་པར་རྟོགས་པའི་སྒོ་གོམས་པར་བྱས་པ་ཙམ་གྱིས་སྲིད་པ་

ལས་གྲོལ་པའི་ལྷ་བ་དེའི་ཆ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ཡིན་ནོ། གཟུང་འཛིན་ཇུས་ཐ་  
དད་ཀྱིས་སྤོང་བ་རྫོགས་པས་ཀྱང་རྣམ་མཁུན་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་བ་  
ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འགྱུར་རོ། གཟུང་འཛིན་ཇུས་ཐ་དད་ཁེགས་ཀྱང་རྣམ་ཤེས་  
བདེན་འཛིན་གྱི་སྒྲོ་འདོགས་གཅད་དུ་ཡོད་པས་རྣམ་མཁུན་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་ལ་  
རྣམ་ཤེས་བདེན་མེད་དུ་རྫོགས་དགོས་སོ་ཞེ་ན། སྤྲུལ་གྱི་གང་ཟག་གི་བདག་དེ་  
ཁེགས་ཀྱང་གང་ཟག་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བར་འཛིན་པའི་སྒྲོ་འདོགས་གཅད་དུ་  
ཡོད་པས་སྤྲུལ་གྱི་ལས་གྲོལ་བ་ལ་གང་ཟག་རང་བཞིན་མེད་པའི་གང་ཟག་གི་  
བདག་མེད་ཀྱང་རྫོགས་དགོས་སོ།།

གཉིས་བ་ནི། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྤྲེ་སྤྲོད་ལས་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་སྤྲ་  
རགས་གཉིས་གསུངས་པར་བྱུང་། ཐེག་པ་དམན་པའི་སྤྲེ་སྤྲོད་ལས་ཀྱང་གང་  
ཟག་གི་བདག་མེད་སྤྲ་རགས་གཉིས་གསུངས་ལ། སྤྲ་མའི་གདུལ་བྱའི་གཙོ་བོ་  
དགག་བྱ་སྤྲ་མོ་དགག་པ་བསྐྱན་དགོས་ཀྱི་དབུ་མ་བ་ཡིན་གྱི། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་  
རགས་པ་བསྐྱན་དགོས་ཀྱི་སེམས་ཅན་པ་ཞར་བྱུང་གི་གདུལ་བྱ་ཡིན་པ་ལྟར། བྱི་  
མ་ལའང་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྤྲ་མོ་བསྐྱན་དགོས་ཀྱི་ཉན་ཐོས་གདུལ་བྱའི་  
གཙོ་བོ་ཡིན་གྱི། བྱི་མ་ལོས་ཐལ་པའི་གདུལ་བྱ་ཡིན་ནོ། གཞན་ཡང་གང་ཟག་  
གི་བདག་མེད་རགས་པ་རྫོགས་པ་དང་། གང་ཟག་མི་རྟག་པར་རྫོགས་པ་གཉིས་  
སྤྲེད་པའི་རྩ་བ་གཙོ་བོ་བྱེད་ཡིན་མིན་མཚུངས་པས་སྤྲེད་པ་ལས་གྲོལ་བ་ལ་ངེས་  
པར་གང་ཟག་རང་བཞིན་མེད་པར་རྫོགས་དགོས་པ་ཡིན་ནོ།།

གཉིས་པ་ནི། གང་ཟག་བདེན་པར་འཛིན་པའི་སློབ་གང་ཟག་གི་བདག་  
 འཛིན་ཡིན་ན་ཉེས་པ་དེ་དག་མཚུངས་ཀྱང་ཁོ་བོ་ཅག་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཉིད་གང་  
 ཟག་ཏུ་འདོད་པས། གང་ཟག་བདེན་འཛིན་གྱིས་རྣམ་ཤེས་བདེན་པར་བཟུང་བས་  
 སྤང་བོ་ལ་བདེན་པར་འཛིན་པའི་ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་ཡིན་ནོ་ཞེས་སློབ་དཔོན་  
 ལེགས་ལྷན་འབྲེད་བཞེད་དོ། །དེ་ནི་མི་འཐད་དེ། གང་ཟག་ནི་སྤང་བོ་ལེན་པ་པོ་  
 ཡིན་ལ། སྤང་བོ་ནི་དེའི་ཉེ་བར་སྤང་བུ་ཡིན་པས། ཉེ་བར་ལེན་པ་པོ་དང་སྤང་བུ་  
 གཉིས་གཅིག་ཏུ་མི་རིགས་ལ། བྱེད་འདོད་པའི་གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་དེ་ནི་  
 ཀུན་བརྟགས་ཡིན་གྱི་ལྷན་སྐྱེས་མ་ཡིན་པས་བྱུང་མཐས་སློམ་བསྐྱུར་བ་རྣམས་ལ་  
 འཁོར་བར་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་མེད་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཅིག་སྐྱགས་ན་སྤང་ཆེན་མེད་  
 པར་རྟོགས་པས་དུག་སྐྱུལ་ཡོད་པར་འཛིན་པའི་འཛིགས་པ་སློབ་མི་རྣམས་པ་ལྟར།  
 དེ་འདྲའི་བདག་མེད་རྟོགས་པས་སྤིང་བའི་སྐྱག་བསྐྱུལ་ལས་གྲོལ་བར་ཡང་མི་  
 འགྱུར་རོ།

གསུམ་པ་ནི། བདེན་འཛིན་ས་པོན་དང་བཅས་པ་ཉོན་མོངས་པའི་སྐྱིབ་པ་  
 ཡིན་ལ། གཉིས་སྤང་འབྲུལ་པའི་བག་ཆགས་ས་པོན་དང་བཅས་པ་ནི་ཤེས་བྱའི་  
 སྐྱིབ་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་བདེན་འཛིན་མཐའ་དག་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་མ་རིག་པ་ཡིན་  
 ཞིང་། འཛིག་ལྷ་ཡིན་ལ་གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་མ་ཡིན་པ་ནི་ངར་འཛིན་པའི་  
 འཛིག་ལྷ་འོ། །གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་ཡིན་ལ་འཛིག་ལྷ་མ་ཡིན་པ་ནི་གང་ཟག་  
 གཞན་ལ་བདེན་པར་འཛིན་པ་དང་། གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་ནི་ང་རང་གི་མཚན་ཉིད་

ཀྱིས་གྲུབ་པར་འཛིན་པའི་འཛིག་ལྟའོ། །གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པ་ནི་ཕུང་པོ་ལ་བདེན་  
འཛིན་དོ། །སྟོང་ཉིད་བདུན་ཅུ་པ་དང་འབྲུག་པ་སོགས་སུ་བདེན་འཛིན་ཉིད་སྲིད་  
པའི་རྒྱར་གྱུར་པའི་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་མ་རིག་པར་གསུངས་པ་འདི་ནི་ཉན་ཐོས་  
ལ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པ་ཡོད་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་ཡང་དག་པའོ།།

བཞི་པ་ནི། སྒར་གྱི་གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་རགས་པ་དེ་འཛིག་ལྟ་ཡིན་  
ན། དེའི་ཡུལ་མེད་པར་རྟོགས་པ་གོམས་པས་སྲིད་པ་ལས་མི་གྲོལ་བ་འགལ་  
ལ། འཛིག་ལྟ་མ་ཡིན་ན། གཟུང་འཛིན་ཇུས་ཐ་དད་དུ་འཛིན་པའི་རྟོག་པའང་  
ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། འཛིག་ལྟ་ཡིན་ཡང་ཀུན་  
བརྟགས་ཡིན་གྱི་ལྟན་སྐྱེས་མ་ཡིན་པས་ཉེས་པ་དེ་དག་མེད་དོ། །འོ་ན་དེ་འབྲའི་  
གང་ཟག་གི་བདག་མེད་གོམས་པ་ལས་གསལ་སྒྲུབ་སྐྱེ་བ་སྲིད་ལ། དེ་ལྟ་ན་ཆད་  
མས་ཡོངས་སུ་དག་པའི་བདག་མེད་ལ་གསལ་སྒྲུབ་སྐྱེས་པས་ནལ་འབྱུར་མངོན་  
སུམ་དུ་འགྱུར་ཞིང་། དེ་ལྟ་ན་སྲིད་པ་ལས་གྲོལ་བར་ཡང་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་  
འབའ་ཞིག་གོམས་པ་ལས་གསལ་སྒྲུབ་སྐྱེ་བ་སྲིད་ཀྱང་། སྒྲོར་ལམ་གྱི་རྟོགས་  
པའང་སྐྱེ་མི་སྲིད་པས་ཉེས་པ་དེ་དག་མེད་དོ།།

འོ་ན་བདག་འཛིན་དེ་ཀུན་བརྟགས་ཡིན་པར་གང་གིས་ཤེས་སྟམ་ན། སྟོ་  
ལྟན་སྐྱེས་ལ་ལག་བཅན་བཅའ་ལང་ན་འོ་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་སྟོན་མེད་མཐོང་བས་ང་  
དང་ཕུང་པོ་གཉིས་མཆོད་ཉིད་མི་མཐུན་པའི་རང་སྒྲུབ་པའི་ཇུས་ཡོད་སོ་སོ་བར་  
འཛིན་པ་མེད་པར་ཤེས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཟུང་འཛིན་ཇུས་ཐ་དད་དུ་འཛིན་པའི་

རྟོག་པའང་ཀུན་བརྟགས་ཡིན་གྱི་ལྷན་སྐྱེས་མ་ཡིན་ཏེ། གཟུང་འཛིན་ནི་རྒྱ་འབྲས་  
 ཡིན་ལ། འཛིག་རྟེན་ན་རྒྱ་འབྲས་ཇུས་གཞན་དུ་འཛིན་པའི་སྒོ་ལྷན་སྐྱེས་མེད་པའི་  
 སྤྱིར་ཏེ། དེ་ཡང་ཤིང་གི་ས་བོན་ཙམ་བཏབ་ནས་སྤྱིས་ཀྱི་སྤྲོད་པོ་ལ་དམིགས་ཏེ་  
 ངས་འདི་བཙུགས་སོ་སྤྲུལ་དུ་འཛིན་པའི་ཐ་སྙད་སྒྲིན་མེད་མཐོང་བའི་སྤྱིར་རོ། །  
 འོ་ན་གཞན་སྐྱེ་ཐ་སྙད་པའི་ཤེས་པས་ཁེགས་པར་འགྱུར་རེ་ཞེ་ན། འཛིག་རྟེན་པ་  
 རྣམས་རྒྱ་འབྲས་དོན་གཞན་དུ་ཡོད་པར་མི་འཛིན་པ་ཡིན་གྱི། དོན་གཞན་དུ་མེད་  
 པར་རིགས་ཤེས་གྱིས་རྟོགས་དགོས་སོ།།

རང་ལུགས་ལ། འཛིག་ལྷ་ལྷན་སྐྱེས་གྱིས་གང་ཟག་ལ་དམིགས་པ་ཡིན་  
 གྱི་སྤྲང་པོ་ལ་དམིགས་པ་མི་སྤྱིད་པས་གང་ཟག་གི་མཆོན་གཞིར་ཡང་སྤྲང་པོའི་  
 ཡ་གྲུལ་དང་ཚོགས་པ་གང་ཡང་མི་རུང་སྟེ། ཉེ་བར་ལེན་པ་པོ་དང་སྤྲང་བྱ་  
 གཅིག་ཏུ་མི་འཐད་པའི་སྤྱིར་དང་། གང་ཟག་ནི་སྤྲང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་  
 ཙམ་ཡིན་པས་སྤྲང་པོ་ཉིད་གང་ཟག་དང་སྤྲང་པོ་ལས་དོན་གཞན་ཡང་གང་ཟག་ཏུ་  
 མི་འཐད་དོ། །འདི་དག་ནི་ཤིང་རྟེན་དབྱུད་པ་རྣམས་པ་བདུན་གྱི་སྐྱབས་ལས་ཤེས་  
 པར་བྱའོ།།

འོ་ན་གཟུགས་བདག་ཡིན་པ་སོགས་འཛིག་ཚོགས་ལ་ལྷ་བའི་མཐའ་ཉི་  
 བྱར་མཐའ་པ་ཇི་ལྷ་བྱ་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་དག་ནི་སྤྲང་པོ་ལ་དམིགས་ཀྱང་ཀུན་  
 བརྟགས་ཡིན་གྱི་ལྷན་སྐྱེས་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུན་དུ་ཞུགས་པའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པའི་ཆེ་  
 ཟད་པར་སྤྲོད་བར་གསུངས་པའི་སྤྱིར་རོ།།

བརྒྱད་པ་སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་ཇི་སྟེད་པ་མཁྱེན་པའི་ཚུལ་ལ། རྟེན་འབྲེལ་  
 གྱི་ཆོས་རྣམས་བདེན་སྒྲུང་དང་བཅས་བཞིན་དུ་མངོན་སུམ་དུ་མཁྱེན་པ་མ་ཡིན་  
 ཏེ། དེ་ལྟ་ན་བདེན་སྒྲུང་ལོག་པས་ཡུལ་སྒྲུང་ཅན་ལྟོག་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་འདོད་  
 ན། བདེན་འཛིན་གྱི་སྟོ་ལོག་པས་ཀྱང་ཡུལ་ཅན་གྱི་སྟོ་ཅན་ལྟོག་དགོས་པས་  
 སངས་རྒྱུས་ལ་ཡུལ་ཅན་གྱི་སྟོ་མེད་པའམ། ཡང་ན་བདེན་འཛིན་མ་སྒྲུངས་པར་  
 འགྱུར་རོ།།

འོ་ན་བདེན་སྒྲུང་དང་བྲལ་བཞིན་དུ་ཇི་སྟེད་པ་མངོན་སུམ་དུ་མཁྱེན་པའི་  
 ཚུལ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞིན། རྟེན་འབྲུང་རང་བཞིན་མེད་པ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཆོ་  
 བདེན་པའི་སྒྲུང་བ་ལྟོག་དགོས་ཏེ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ན་དོན་དམ་བདེན་པའི་མི་མཐུན་  
 རྟོགས་དངོས་སུ་སྒྲུང་བས་སྒྲུང་ཡུལ་ལ་འབྲུལ་བར་འགྱུར་རོ། །དེས་ན་རྟེན་  
 འབྲེལ་གྱི་དོན་དམ་པའི་འདུག་ལུགས་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་པའི་ཆོ་བདེན་སྒྲུང་  
 ལྟོག་དགོས་པའང་བདེན་པ་རྟེན་འབྲེལ་ལ་མི་སྲིད་ཅིང་དེའི་འདུག་ལུགས་འབྲུལ་  
 མེད་དུ་མཐོང་བས་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྟེན་འབྲུང་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་  
 དབེན་པས་བྱ་བ་བྱེད་པར་གནས་ལ། དེའི་འདུག་ལུགས་འབྲུལ་མེད་དུ་མཐོང་  
 བའི་ཆོ་ནའང་། བདེན་པ་སྒྲུང་ན་མེད་པ་གསལ་སྒྲུང་དུ་འགྱུར་བས་བདེན་སྒྲུང་  
 གིས་སྟོང་བཞིན་དུ་མངོན་སུམ་གྱིས་རྟོགས་པ་ཡིན་ནོ།།

ཡང་ན་འདི་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། མངོན་ཤེས་ཅན་གྱི་ཆོད་ནད་ཅན་ལ་  
 བལྟས་པའི་ཆོ་ཆོད་ནད་ཅན་ལ་ཡུལ་ལོག་པར་སྒྲུང་བ་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་ཡང་

འབྲུལ་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། རང་གི་སྒྲིའི་སྒྲིན་གྱི་དབང་གིས་ལོག་པར་སྤང་བ་མ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་བཞིན་དུ་བདེན་སྤང་མཐའ་དག་ཇི་སྟེང་པ་མ་བྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་  
ཀྱིས་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་ཀྱང་འབྲུལ་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། རང་གི་སྒྲིའི་སྒྲིན་གྱི་  
དབང་གིས་བདེན་པར་མི་སྤང་བའི་ཕྱིར་རོ།

དེ་ནི་དེ་དག་གི་ཞར་ལ་བྱང་དོན་དང་ངེས་དོན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་ཤེས་པར་བྱ་  
སྟེ། དེ་ལའང་སེམས་ཅམ་པ་རྣམས་ཀྱི་མདོ་གང་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་ངེས་ཇི་ལྟར་  
འབྱེད་པ་དང་། དབུ་མ་པ་རྣམས་ཀྱིས་གང་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱེད་པའི་ཚུལ་  
གཉིས་ཀྱིས་ཤེས་པར་བྱའོ། །དང་པོ་ནི་མདོ་དགོངས་འགྲེལ་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་  
པ་ཡིན་ཏེ། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་བཙུས་ཏི་བ་བཙུ་ཞུས་པའི་ལན་དུ་དགོངས་  
འགྲེལ་གསུངས་པ་ཡིན་ལ། དེའི་ནང་ནས་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་དོན་དམ་ཡང་  
དག་འཕགས་ཀྱིས་བྱང་དོན་དང་ངེས་དོན་ཞུས་པའི་ཏི་ལན་གྱི་དོན། རྣམ་པར་  
གཏན་ལ་དབབ་པ་བསྟུ་བར་གསུངས་པའི་དོན་ཅུང་ཟད་བཤད་ན། བྱང་ཚུབ་  
སེམས་དཔའ་ཏི་བ་ཞུས་པ་དང་། སྟོན་པས་ལན་གསུངས་པ་དང་། ལན་གྱི་དོན་  
ཞུས་པ་དང་། དེས་བྱང་དོན་དང་ངེས་དོན་ཇི་ལྟར་གྲུབ་པའི་ཚུལ་ལོ།

དང་པོ་ནི། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་སྤང་པོ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཐམས་  
ཅད་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པར་ཡང་བཀའ་དང་པོ་སོགས་སུ་གསུངས་  
ལ། ཡང་ཤེས་ཕྱིན་གྱི་མདོར། ཆོས་ཐམས་ཅད་ངོ་བོ་ཉིད་མ་མཆིས་པ། མ་  
སྐྱེས་པ། མ་འགགས་པ། བཟོད་མ་ནས་ཞི་བ། རང་བཞིན་གྱིས་སྤང་ན་ལས་

འདས་པ་ཞེས་ཀྱང་གསུངས་ན། རོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་སོགས་གསུངས་པའི་  
དགོངས་གཞི་དང་དགོས་པ་གང་ཡིན་ཞེས་ཞུས་པའོ། །རོ་བོ་ཉིད་མེད་པའི་རྩལ་  
གསུངས་པ་ན། རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་པར་གསུངས་པའི་དགོངས་པའང་  
བདེ་སྒྲག་ཏུ་རྟོགས་པར་འགྱུར་བས་དེའི་དགོངས་གཞི་སོགས་གང་ཡིན་ནི་མ་ཞུས་  
སོ།།

གཉིས་པ་ལ། རོ་བོ་ཉིད་མེད་པའི་དགོངས་པ་ལགད་པ་དང་། ལྷག་ལ་  
བཞིའི་དགོངས་པ་ལགད་པ་དང་། དེ་ལྟར་གཏན་ལ་ཐབ་པའི་དགོས་པའོ། །དང་  
བོ་ལ། རོ་བོ་ཉིད་མེད་པའི་དགོངས་གཞི་ངོས་བཟུང་བ་དང་། རོ་བོ་ཉིད་མེད་  
པའི་སྒྲས་སྟོན་པའི་རྩུ་མཆོན་དཔེ་དང་བཅས་པའོ། །དང་བོ་ནི། མཆོན་ཉིད་རོ་བོ་  
ཉིད་མེད་པ་དང་། སྐྱེ་བ་རོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་དང་། དོན་དམ་པ་རོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་  
གསུམ་ལ་དགོངས་ནས་ཆོས་ཐམས་ཅད་རོ་བོ་ཉིད་མེད་པའོ་ཞེས་གསུངས་  
སོ། །གསུམ་བོ་དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། ཀུན་བརྟགས་དྲང་། གཞན་དབང་དང་།  
ཡོངས་བྱུང་བོ།།

གཉིས་པ་ནི། ཀུན་བརྟགས་ལ་མཆོན་ཉིད་རོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཞེས་སྟོན་  
པའི་རྩུ་མཆོན་ནི། མིང་དང་བདས་རྣམ་པར་བཞག་པ་ཙམ་ཡིན་གྱི་རང་མཆོན་དུ་  
མ་བྱུང་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་དབང་ལ་སྐྱེ་བ་རོ་བོ་ཉིད་མེད་པའི་སྒྲས་སྟོན་པའི་རྩུ་  
མཆོན་ནི། རྒྱུ་གཞན་གྱི་དབང་གིས་བྱུང་བ་ཡིན་གྱི་བདག་ལས་སྐྱེ་བའི་རོ་བོ་  
མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དོན་དམ་པ་རོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ནི། གཞན་དབང་ལ་ལགད་པ་



དང་ཡོངས་བྱུང་ལ་བཤད་པ་གཉིས་སོ། །དང་པོ་ནི། གང་ཞིག་རྟོགས་ན་སྐྱིབ་པ་  
 ལས་གྲོལ་བར་འགྱུར་བའི་དམིགས་པ་དེ་རྣམས་ལ་དག་པའི་དམིགས་པ་ཡིན་  
 བས་ན་དོན་དམ་པ་ཞེས་རྣམ་དག་གི་དམིགས་པ་ལ་དོན་དམ་དུ་གསུངས་པ་དེར་  
 གཞན་དབང་མ་བྱུང་བས་ན། གཞན་དབང་ལ་འད་དོན་དམ་པ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་  
 ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་དམིགས་ན་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་འཕེལ་བར་འགྱུར་བའི་  
 ཕྱིར་རྣམ་བྱངས་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཀྱང་ཡིན་ནོ། །ཡོངས་བྱུང་ནི་དོན་དམ་ཡིན་ལ་  
 དངོས་པོར་མེད་པས་ན་དོན་དམ་པ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ཞེས་བྱའོ། །དཔེར་ན་ནམ་  
 མཁའི་མེ་རྟོག་དངོས་པོར་མེད་པ་ལྟར་ཀུན་བརྟགས་ཀྱང་ངོ། །གཞན་དབང་ནི་  
 སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་སྟེ། གཉིས་སྤང་གི་ཤེས་པ་ལ་ཡུལ་སྤྱི་རོལ་རུ་ཆད་པ་ལྟར་སྤང་ཡང་  
 སྤྱི་རོལ་རུ་མ་བྱུང་བས་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་ཡིན་གྱི། བདེན་སྤང་དང་བདེན་སྤྱོད་ཚྲགས་  
 པའི་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཡོངས་བྱུང་ནི། ཐོགས་བཅས་ཀྱི་གཟུགས་  
 བཀག་པའི་ནམ་མཁའི་དཔེས་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་ནི། ཀུན་བརྟགས་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པའི་ཕྱིར་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་མ་  
 སྐྱེས་ཞེས་སོགས་སྤྱར་རོ། །གཞན་དབང་ལ་བདག་སྤྱིའི་ངོར་མ་སྐྱེས་པ་ཞེས་  
 སོགས་སྤྱར་རོ། །འདིས་ནི། ཤེར་སྤྱོད་ཀྱི་མདོར་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་གསུངས་པ་  
 ནི། ཀུན་བརྟགས་དང་། གཞན་དབང་ལ་དགོངས་ཀྱི། ཡོངས་བྱུང་བདེན་  
 དངོས་སུ་བྱུང་བ་སྟོབ་དཔོན་ཐོགས་མེད་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པའི་ངན་རྟོག་  
 ཀྱང་བསལ་བ་ཡིན་ཏེ། ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་ག་དགོངས་གཞིར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་

དང་། གཞན་དབང་དང་ཡོངས་བྱུང་གཉིས་ཀྱི་རང་གི་མཆོད་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ།

གསུམ་པ་ནི། གྱིས་པ་རྣམས་གཞན་དབང་དང་བདག་གཉིས་ཀྱིས་དབེན་པར་བྱུང་བའི་ཡོངས་བྱུང་གི་གཞི་ལ་རྟོག་པས་རི་ལྟར་བརྟགས་པ་ལྟར་གྱི་ཀུན་བརྟགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་བདེན་པར་མངོན་པར་ཞེན་པས་འཁོར་བར་འཁོར་བར་འབྱུང་རོ། །འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་བའི་ཕྱིར་དུ་དང་པོར་གཞན་དབང་སྐྱེ་བ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་བསྟན་ནས་སྲིད་པ་ལས་ཡིད་འབྱུང་བར་བྱེད། དེ་ནས་ཀུན་བརྟགས་མཆོད་ཉིད་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་དང་། ཡོངས་བྱུང་དོན་དམ་པ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་བསྟན་ནས་སྲིད་པ་ལས་གྲོལ་བར་བྱེད་དོ། །གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ལམ་དང་། འབྲས་བུ་རྣམ་གྲོལ་ཐེག་པ་གསུམ་ག་ཁྲད་པར་མེད་པ་ལ་དགོངས་ནས་ཐེག་པ་གཅིག་དུ་གསུངས་པ་ཡིན་གྱི། མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཁོ་ནར་ངེས་པ་ནི་མིན་ཏེ། རང་བཞིན་གྱིས་དབང་པོ་རྣེ་འབྱོར་བརྟུལ་གསུམ་སོ་སོར་ངེས་པས་ཞི་བ་བགོད་པ་གཅིག་དུ་བའི་ཉན་ཐོས་ནི་ནམ་ཡང་འཆང་རྒྱ་བ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ།

གསུམ་པ་ལན་གྱི་དོན་ཞུས་པ་ནི། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དོན་དམ་ཡང་དག་འཕགས་ཀྱིས་སྟོན་པས་གསུངས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་གསུམ་པའི་དོན་འདི་ལྟར་ཁོང་དུ་ཆུད་ཅེས་བྱ་སྟེ། གཟུགས་ནས་རྣམ་མཁུན་གྱི་བར་གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་རྟོག་པས་ངོ་བོ་ཉིད་དང་ཁྲད་པར་དུ་བརྟགས་པ་དེ་དག་ནི་ཀུན་བརྟགས་ཡིན་ལ།

དེ་ལྟར་འདོགས་པའི་གཞི་གཉིས་སྒྲིབ་གི་ཤེས་པ་གཞན་དབང་དང་། དེ་བདག་གཉིས་ཀྱིས་སྒྲིབ་པ་ཡོངས་བྱལ་དུ་གསུངས་པར་དགོངས་སོ། །དེ་ལྟར་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་བྱལ་པར་གསུངས་པ་རྣམས་ནི་གཞན་དབང་དང་ཡོངས་བྱལ་ཡིན་ལ། རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་མ་བྱལ་བ་ནི་ཀུན་བརྟགས་ཡིན་ཞིང་། གཞན་དབང་དང་ཡོངས་བྱལ་གཉིས་ཀྱང་རྣམ་གངས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པའི་དགོངས་གཞིར་གསུངས་པས་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཚུལ་མདོ་ཐམས་ཅད་ལ་དེ་ལྟར་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ།

བཞི་པ་ནི། དང་པོར་དང་སྒྲིབ་སྒྲིབ་པ་རི་དྲགས་ཀྱི་ནགས་སུ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་ལ་ཡང་དག་པར་ཞུགས་པ་རྣམས་ལ་ཆོས་ཐམས་ཅད་དང་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་བྱལ་པར་གསུངས་པའང་སྒྲིབ་བཞིན་པ་མིན་ལ། བར་དུ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་གསུངས་པའང་སྒྲིབ་བཞིན་པ་མིན་ནོ། །འོ་ན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། མདོ་དགོངས་འབྲེལ་འདིར་ཐེག་པ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་དག་པར་ཞུགས་པ་རྣམས་ལ་ཀུན་བརྟགས་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་མ་བྱལ་ཅིང་གཞན་དབང་དང་ཡོངས་བྱལ་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་བྱལ་བོ་ཞེས་ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་དགོངས་པ་ལེགས་པར་སྤྲོལ་བ་སྤྲོལ་བ་ལེགས་པར་རྣམ་པར་སྤྲོ་བ་དང་ལྷན་པའི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་འདི་ནི་ངས་པའི་དོན་ཉོ་ཞེས་གསུངས་སོ།

དེས་ན་ཁ་ཅིག་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྒྲིབ་པོ་རྟག་བརྟན་སོགས་སུ་གསུངས་པའི་མདོ་ཁོན་ཐ་མ་ངས་དོན་དུ་གསུངས་པ་འདིའི་མཚན་གཞིར་མཛད་

བ་དང་། གང་དག་ཤེས་ཀྱིན་གྱི་མདོ་རྣམས་འདིའི་མཚན་གཞིར་འཛིན་པ་ནི་དྲི་  
ལན་གྱི་དོན་བྱས་པར་མ་རྟོགས་པའི་མཉམ་སྦྲེལ་འབངས་ཞིག་གོ། དེས་ན་མདོ་འདི་  
དང་མཐུན་པར་ཡོད་མེད་འབྲེད་ཚུལ་རྣམས་ངེས་པའི་དོན་རྟོ།།

གཉིས་པ་དབུ་མ་རྣམས་ཀྱིས་གང་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲེད་པའི་ཚུལ་ནི་སྒྲོ་  
གྲོས་མི་ཟད་པའི་མདོའི་རྗེས་སུ་འབྱངས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་དྲང་ངེས་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་དང་  
བ་དང་། དབྱེ་བ་དང་། མཚན་ཉིད་དོ། །དང་པོ་ནི། དོན་གཞན་དུ་དྲང་དགོས་  
བ་དང་། དོན་དེར་ངེས་པ་དྲང་ངེས་ཀྱི་དོན་ཡིན་གྱི་གདུལ་བྱ་དྲང་བའི་ཕྱིར་ཏུ་  
གསུངས་པ་ཙམ་ལ་མི་བྱ་སྟེ། ངེས་དོན་ཡང་དྲང་དོན་ཏུ་འགྱུར་བས་སོ། །དབེར་  
ན་གཟུགས་སྒྲུའོ་ཞེས་བསྟན་པའི་ཆོ་གཟུགས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་དེར་མ་ཟད་  
ཀྱི་ད་དྲང་གོང་དུ་དྲང་དུ་ཡོད་པའོ། །གཟུགས་རང་བཞིན་མེད་པ་བསྟན་པ་ན་  
གཟུགས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་དོན་དེར་ངེས་ཀྱི་གོང་ན་གཞན་མེད་པས་ངེས་པའི་དོན་  
རྟོ། །གཞན་དུ་དྲང་དགོས་པའི་དོན་དང་། དེར་ངེས་པའི་དོན་ལ་དྲང་ངེས་སུ་  
བྱས་པའི་ཆོ་བརྟེན་བྱ་ཀྱན་རྫོང་དང་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱང་དྲང་དོན་  
དང་ངེས་དོན་དུ་འགྱུར་རོ། །དོན་གཞན་དུ་དྲང་དགོས་པ་དང་མི་དགོས་པ་ལ་  
དྲང་ངེས་སུ་བྱས་པའི་ཆོ་རྫོང་བྱེད་ལ་དྲང་ངེས་སུ་དབྱེའོ།།

གཉིས་པ་ལ་མཚན་ཉིད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་གསུངས་པ་དང་། མཚན་  
གཞིའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་གསུངས་པའོ། །དང་པོ་ལ། གདུལ་བྱའི་དབང་དུ་  
བྱས་པ་ནི། ལམ་ལ་འཇུག་པའི་ཕྱིར་ཏུ་གསུངས་པ་ནི་དྲང་བའི་དོན་དང་།

འབྲས་བུ་ལ་འཕྲག་བའི་དོན་དུ་གསུངས་པ་ནི་ངེས་པའི་དོན་རྟོ། །ལམ་ནི་རང་  
བཞིན་མེད་རྟོགས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་འཕྲག་བའི་ཐབས་ནི་མི་རྟག་པ་  
བསྟན་པ་སོགས་སོ། །འབྲས་བུ་ནི་ཐུངས་ལས་འདས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་དངོས་  
སུ་འཕྲག་བའི་ཐབས་ནི་རང་བཞིན་མེད་རྟོགས་སོ། །བརྗོད་བྱའི་དབང་དུ་བྱས་པ་  
ནི། ཀུན་རྫོབ་སྟོན་པ་ནི་དྲང་བའི་དོན་དང་། རྟོན་དམ་སྟོན་པ་ནི་ངེས་པའི་དོན་  
རྟོ། །དེ་ཡང་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་རང་ལྷོག་སྒྲུ་མ་ལྷ་བུ་སྟོན་པ་ངེས་དོན་ཡིན་ཡང་གཞི་  
ལྷོག་སེམས་ཅན་སོགས་སྟོན་པ་ལ་བྱའོ།

གཉིས་པ་ནི། སེམས་ཅན་དང་གང་ཟག་སོགས་བསྟན་པ་དང་། སྟོང་  
ཉིད་མཚན་མ་མེད་པ་སོགས་བསྟན་པ་རྣམས་སོ། །

གསུམ་པ་ནི། དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་དངོས་སུ་སྟོན་པ་དང་ཚད་མ་དང་  
ལྡན་པ་གཉིས་ཚོགས་ངེས་པའི་དོན་དང་། དེ་ལས་གཞན་པ་དྲང་བའི་དོན་རྟོ། །  
སྤར་ལའད་པའི་དགོངས་འབྲེལ་གྱི་མདོ་སྟོབ་དཔོན་རྒྱ་བ་བྲགས་པས་དྲང་དོན་  
འབའ་ཞིག་ཏུ་འབྲེལ་ཞིང་། སྟོབ་དཔོན་ལེགས་ལྡན་འབྲེད་ནི་གཞན་དབང་རང་  
མཚན་པ་ཡོད་པར་གསུངས་པ་སྒྲིའི་བཞིན་པར་འཆད་ལ། སྟོབ་དཔོན་ཀ་མ་ལ་  
ལྷི་ལ་ནི་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པའི་དགོངས་པ་གཏན་ལ་ཐབ་པའི་སྟོན་པ་ཤེར་བྱིན་གྱི་  
མདོར་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་གསུངས་པ་ངེས་པའི་དོན་དུ་མདོ་འདིས་སྒྲུབ་ཅིང་དེའི་  
གཞུང་འཕྲུགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འཆད་དོ།

སྤར་ལའད་པ་དེ་རྣམས་ཀྱི་དགོས་པ་ནི། སྟོང་པ་རྟེན་འབྱུང་གི་དོན་དུ་

རྟོགས་ནས་རང་བཞིན་རྣམས་ཙམ་ཡང་མེད་པར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་མཚན་  
འཛིན་གྱི་དམིགས་གཏད་ཐམས་ཅད་བཤིག་པ་དང་། བྱ་བྱེད་ཐམས་ཅད་དེ་ཁོན་  
ལ་འཐད་པའི་གཉིས་ཚོགས་ལ་མཁས་པར་བྱའོ། །སྟོང་པ་རྟེན་འབྱུང་གི་དོན་  
ཞེས་པ་མིང་དོན་དུ་མི་འཐད་དེ། སྟོང་པ་མ་རྟོགས་པར་རྟེན་འབྱུང་མི་རྟོགས་པར་  
འབྱུང་བའི་ཕྱིར། ཡུལ་ཡུལ་ཅན་གྱི་དོན་ཡང་མིན་ཏེ། དེའི་ཡུལ་ཅན་དུ་རྟེན་  
འབྱུང་མི་རུང་བའི་ཕྱིར། བཞེད་བྱ་ཞིང་བྱེད་གྱི་དོན་ཡང་མིན་ཏེ། རྟེན་འབྱུང་དེའི་  
ཞིང་བྱེད་མིན་པའི་ཕྱིར། དངོས་ཤུགས་ཀྱི་དོན་དུའང་མི་རུང་སྟེ། རྟེན་འབྱུང་  
དངོས་སུ་རྟོགས་པས་སྟོང་པ་ཤུགས་ལ་རྟོགས་མི་རུས་པའི་ཕྱིར། རྣམ་བཅད་  
ཡོངས་གཙོ་གྱི་དོན་ཡང་མིན་ཏེ། རྟེན་འབྱུང་ཡོངས་སུ་བཅད་ཀྱང་སྟོང་པ་རྣམ་  
པར་གཙོ་མི་རུས་པའི་ཕྱིར།

དེས་ན་སྟོང་པ་རྟེན་འབྱུང་གི་དོན་ཞེས་པའི་ཚིག་བཞེད་བྱས་དཔེན་པ་མིན་  
ནམ་ཞེ་ན། ལྟ་བུ་མི་གོ་བའི་གོང་གི་གང་ཟག་ལ་ལྟོས་ནས་སྟོང་པ་རྟེན་འབྱུང་གི་  
དོན་དུ་ཁོ་ལོ་ཅག་མི་སྒྲིལ། རང་བཞིན་རྣམས་ཙམ་ཡང་མེད་པར་རྟོགས་པའི་ཤེས་  
རབ་སྐྱེས་པ་ན་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ཡོད་པ་རང་དངོས་ནས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་བཞག་ཏུ་མེད་  
པར་རྟོགས་ཤིང་གཞན་ལ་ལྟོས་པའི་ཡོད་པ་ཁོ་ནར་མཐོང་བ་ན། ལྟོས་པ་ཞེས་  
པའི་སྒྲུབ་དོན་དངོས་སུ་ངེས་པ་ན་རང་དངོས་ནས་མེད་པའི་སྟོང་པ་ཤུགས་ལ་ངེས་  
ཤིང་། སྟོང་པ་དངོས་སུ་ངེས་པའི་སྟོང་པ་ཐག་འདྲེན་པར་བྱེད་པ་ལ་སྟོང་པ་རྟེན་  
འབྱུང་གི་དོན་དུ་གསུངས་པ་ཡིན་ལོ། །འདི་དག་གི་དོན་རྒྱས་པར་ལམ་གྱི་རིམ་

བར་གསུངས་ཟིན་པས་བཟེད་བྱང་དུ་མ་བྲིས་སོ།

དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་གསུང་གི་གདམས་པ་རྣམས་མི་ཉམས་པའི་  
 གོན་དུ། ཐེག་པ་མཆོག་གི་བརྟུལ་ཞུགས་ལ་གནས་པའི་དགོ་སྟོང་དར་མ་རིན་  
 ཆེན་གྱིས་བཟེད་བྱང་དུ་བྲིས་པའོ། །འདིས་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དར་ཞིང་རྒྱས་ལ་  
 ཡུན་རིང་དུ་གནས་པར་གྱུར་ཅིག། །དགོའོ།

## ༡༡། །དབུ་མ་ལ་འཇུག་པའི་བསྐྱུས་དོན་ བཞུགས་སོ།།

པ་རྒྱལ་ཚབ་དང་མ་རིན་ཆེན། ༡༣༤༤-༡༤༣༩

༡༡། །ན་མོ་མཆོད་ཀྱི་ཡོ། །གང་གིས་རྟེན་འབྱུང་མི་ལ་མ་སྐྱུ་མ་དང་། །  
མིག་འཕྲུལ་གཟུགས་བརྟན་ལྟ་བུར་བྱགས་ཚུད་ནས། །གཅིག་ཏུ་བཅེ་བའི་  
བསམ་བསའ་འདོམས་མཛད་པ། །ཐེ་བཙུན་སྒྲ་མ་རྣམས་ལ་བྱག་འཆལ་ཏེ། །  
རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ཀུན་གྱི་དགོངས་པའི་དོན། །དང་ངེས་མ་ལུས་འབྱེད་པའི་  
གཞུང་ལུགས་མཆོག་ །སྐྱ་སྐྱུབ་ལུགས་བཟང་དེ་ཉིད་རྟོགས་ཕྱིར་དུ། །དེ་ལ་  
འཇུག་པའི་བསྐྱུས་བཅོས་བསྐྱུས་དོན་བྱ།།

དེ་ལ་འདིར་དབུ་མ་ལ་འཇུག་པའི་བསྐྱུས་བཅོས་གྱི་བསྐྱུས་པའི་དོན་  
གསུམ་གྱིས་རིག་པར་བྱ་སྟེ། ལའད་པ་ལ་འཇུག་པའི་བྱ་བ་དང་། ལའད་པ་ཉིད་  
ཉེ་བར་དགོད་པ་དང་། ལའད་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་བྱ་བ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས།  
སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་ལ་ཐོག་མར་བསྟོད་པའི་རྒྱ་མཚན་བསྐྱུས་པ་དང་། དེ་ལ་བསྟོད་  
པ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཉིད་ལ་གཙོ་བོར་བསྐྱུས་པ་  
དང་། དེའི་རྒྱ་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་སྟོང་རྗེ་ལ་ལྷག་པར་བསྐྱུས་པ་ལོ། །དང་པོ་  
ནི། ཉན་ཐོས་ཞེས་པ་རྒྱུད་པ་བཞི་སྟེ། ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཆོས་ཅན།  
ཐུབ་པའི་དབང་པོ་ལས་སྐྱེས་ཏེ། དེས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་གནས་



ལྷགས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་བསྟན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐར་པར་བཟོད་པའི་དམན་  
 ལས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཐུབ་པའི་དབང་པོ་ཆོས་ཅན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 ལས་འབྱུངས་ཏེ། རང་དང་རྒྱུད་གཅིག་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཉིད་ལེན་  
 དང་། རྒྱུད་ཐ་དད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བདག་རྒྱུན་བྱས་ནས་སྐྱེས་པའི་  
 ཕྱིར། མོས་སྟོད་ཀྱི་སྐས་བསྐྱུས་པའི་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་  
 ཡེ་ཤེས་དང་། ཀུན་རྫོབ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གསུམ་པོ་ཆོས་ཅན། རྒྱལ་སྐྱུ་  
 འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། ཁྱོད་ཀྱི་སྟོབས་ཀྱིས་དེ་བསྐྱེད་དགོས་པའི་  
 ཕྱིར། གང་ཟག་བཞིའི་ནང་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཉིད་ལ་ལྷག་པར་  
 བསྐྱུགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། དེ་ལ་བསྐྱུགས་པས་དོན་གྱིས་ཐུབ་པའི་དབང་  
 པོ་ལ་ཡང་བསྟོད་པར་གོ་བ་དང་། མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གཅིག་ཏུ་སྐྱབ་བཞེད་ནས་  
 དེ་ལ་བསྐྱུགས་པའི་ཕྱིར། འདིས་མོས་སྟོད་ཀྱི་སྐབས་ཀྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་བསྟན་  
 པར་དགོངས་ཏེ། སྐབས་གཞན་དུ་གསལ་བར་མ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་དང་། ཐེག་པ་  
 ཆེན་པོའི་ལས་ཀུན་བསྟན་པར་བཞེད་པའི་ཕྱིར། ཆོག་གསལ་གྱིས་བསྟན་བཅོས་  
 ཀྱི་འབྲེལ་བསྟན་པ་ལས་ཀྱང་ཤེས་སོ།

གཉིས་པ་ནི། གང་ཕྱིར་ཞེས་པ་རྒྱུད་པ་བཞི་སྟེ། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན།  
 སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་ལ་ཐོག་མར་བསྟོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། དེ་ཉིད་དཔེ་གསུམ་  
 བཞིན་དུ་རྒྱལ་བའི་ལོ་རྟོག་ཕུན་ཚོགས་སྟོད་པ་ལ་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་ཉི་  
 པར་མཁོ་བའི་གཙོ་བོའི་ཡན་ལག་ཡིན་པས་ཐོག་མར་དེ་ལ་བསྟོད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པའི་སྣང་རྗེ་ལ་བསྟོན་པ་དང་།  
 ཆོས་ལ་དམིགས་པ་དང་དམིགས་པ་མེད་པའི་སྣང་རྗེ་ལ་བསྟོན་པ་ལོ། །དང་པོ་  
 རྟོག་ དང་པོར་ཞེས་པ་རྒྱུ་ལ་བཞི་སྟེ། སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པའི་སྣང་རྗེ་ཆོས་  
 ཅན། བྱོན་ལ་བསྟོན་པར་རིགས་ཏེ། ལས་ཉོན་གྱིས་རང་དབང་མེད་པར་འཁོར་  
 བར་འཁོར་པའི་སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་ནས་སྐྱུ་ག་བསྐྱེད་མཐའ་དག་ལས་སྟོན་ལ་  
 བར་འདོད་པའི་རྣམ་པས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པའི་སྟོན་ཡིན་པའི་བྱིར། དམིགས་པའི་  
 བྱུང་པར་སེམས་ཅན་རྣམས་ཡོད་དགོས་པ་མིན་ཏེ། སྣང་ཉིད་རྟོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་ཡང་འདི་ཡོད་ཅིང་། སེམས་ཅན་དམིགས་ཡུལ་དུ་བྱས་  
 པའི་ཆེ་ལུང་པོ་ཆོས་ཅན་དང་རང་བཞིན་མེད་པས་བྱུང་པར་དུ་མ་བྱས་པར་  
 སེམས་ཅན་ཅན་ལ་དམིགས་པས་སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པ་ཞེས་བྱའོ། །གཉིས་  
 པ་ནི། འགྲོ་བ་ཞེས་པ་རྒྱུ་ལ་བཞི་སྟེ། བསྐྱེད་བྱའི་ཆོས་སྐྱེ་མ་ལ། ཆོས་ལ་  
 དམིགས་པ་དང་། དམིགས་པ་མེད་པའི་སྣང་རྗེ་གཞིར་བཟུང་ནས་སྐྱེ་མཚན་  
 རྟོག་ རགས་པའི་བདག་གིས་སྣང་པའི་ལུང་པོ་ཆོས་ཅན་ལ་སེམས་ཅན་དུ་  
 བཏགས་པ་ལ་དམིགས་པ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་དབེན་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་  
 སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་ནས་སྐྱུ་ག་བསྐྱེད་མཐའ་དག་ལས་སྟོན་ལ་བར་འདོད་པའི་  
 རྣམ་པས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པ་ཅན་ལོ། །ཡང་ན་གཞུང་གོང་འོག་གཉིས་ཀ་ལ་སྣང་  
 རྗེ་ཆེན་པོ་ལ་བསྟོན་པར་འོས་ཏེ། སེམས་ཅན་མཐའ་དག་སྐྱུ་ག་བསྐྱེད་ལས་སྟོན་ལ་  
 བའི་བྱེད་ལས་ཅན་ཡིན་པའི་བྱིར་ཞེས་སྐྱེར་རོ། །

གཉིས་པ་བཤད་པ་ཉིད་ཉི་པར་དགོད་པ་ལ་གཉིས། ལྷའི་ས་དང་།  
 འབྲས་བུའི་སའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། ས་བཅུའི་རང་བཞིན་དང་། དེ་དག་གི་  
 གནས་སྐབས་སུ་ཐོབ་པའི་ཡོན་ཏན་ནོ། །དང་པོ་ལ་བཅུ་ཡོད་པའི་དང་པོ་དོན་  
 དམ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཐོག་མར་རབ་ཏུ་དགའ་བའི་ས་ལ་གསུམ། མིང་གི་བྱད་  
 པར་གྱིས་མདོར་བསྟན་པ་དང་། ཡོན་ཏན་གྱིས་རྒྱས་པར་བཤད་པ་དང་། མིང་  
 གི་དོན་གྱིས་མཐུག་བསྟུ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་ཏེ། རྟོགས་པའི་མིང་གི་བྱད་  
 པར་དང་། བཀ་ཟག་གི་མིང་གི་བྱད་པར་རོ། །དང་པོ་ནི། རྒྱལ་བའི་ཞེས་པ་  
 ཀླང་པ་བཞི་སྟེ། མིང་རྒྱའི་དབང་གིས་འགོ་བ་སྟོལ་བའི་བྱིར་དུ་སྟོན་ལམ་འབྲུམ་  
 སྤྲལ་གངས་མེད་པ་བཅུ་འདེབས་པར་བྱེད་པའི་མཐོང་ལམ་པའི་མཉམ་བཞག་ཡེ་  
 བཤེས་ཆོས་ཅན། ལྷའི་གནས་སྐབས་སུ་དོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་བཅུར་བྱེ་བའི་  
 སེམས་དང་པོ་ཞེས་བཛྲོད་པར་བྱ་སྟེ། ས་རབ་དགའ་ཞེས་པའི་མིང་གིས་བྱད་  
 པར་དུ་བྱས་པའི་མཉམ་བཞག་ཡེ་བཤེས་ཡིན་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་ནི། དེ་ནས་  
 ཞེས་པ་ཀླང་པ་གཉིས་ཏེ། བྱང་སེམས་མཐོང་ལམ་པ་ཆོས་ཅན། དོན་དམ་པའི་  
 བྱང་རྒྱལ་སེམས་དབང་ཞེས་པའི་མིང་གིས་བསྟན་པར་བྱ་སྟེ། དོན་དམ་སེམས་  
 བསྐྱེད་རྒྱུ་ལ་ལྷན་པའི་སེམས་དབང་ཡིན་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། ཡོན་ཏན་གྱི་དབྱེ་བ་དང་། སྟོན་པའི་པར་སྟོན་བྱེ་  
 བྲག་ཏུ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། དཔོན་དང་། ཉན་རང་ལས་ཐབས་  
 བཤེས་བྱད་པར་དུ་འཕགས་པར་སྟུབ་པའོ། །དང་པོ་ལ་ལྷ། རིགས་ཀྱི་བྱད་པར་

དང་། སྤངས་པའི་བྱད་པར་དང་། རྟོགས་པའི་བྱད་པར་དང་། རུས་པའི་བྱད་  
 པར་དང་། དཔེའོ། །དང་པོ་གསུམ་ནི། འདི་ནི་ཞེས་པ་རྐང་པ་གསུམ་རིམ་པ་  
 བཞིན་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རིགས་ཅན་ཡིན་ཏེ། སོ་སྤྱེས་  
 དང་ཉན་རང་གི་ས་ལས་འདས་ཤིང་ཀུན་ཏུ་འོད་གྱིས་འཛིན་སྲུ་འགོ་བའི་ལམ་  
 སྤྱེས་པའི་སྒྲོབ་ལམ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཀུན་སྒྲུང་གསུམ་སྤངས་པའི་བྲལ་བ་དང་  
 ལྷན་ཏེ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། ཆོས་ཉིད་གྱི་  
 རོ་སྒྲུང་པའི་དགའ་བ་མཆོག་དུ་གྱུར་པ་དང་ལྷན་ཏེ། ས་དང་པོའི་སྒྲོན་དང་བྲལ་  
 པའི་སེམས་དབང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བཞི་བ་ལ་གསུམ། རྩལ་ལྷུ་གྱི་རུས་པ་  
 དང་། ས་གོང་མ་གཞོན་པའི་རུས་པ་དང་། ངན་འགོ་དང་གྱིས་པའི་རྒྱད་པ་  
 འགོག་པའི་རུས་པ་འོ། །དེ་རྣམས་འཛིན་རྟེན་ཞེས་པའི་རྐང་པ་གཅིག་དང་།  
 གཅིག་དང་། གཉིས་གྱིས་རིམ་པ་བཞིན་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། དུས་གཅིག་ལ་འཛིན་  
 རྟེན་གྱི་ཁམས་བརྒྱ་གཡོ་རུས་ཏེ། ས་དང་པོས་བསྐྱུས་པའི་རྩལ་ལྷུ་ལ་མངའ་  
 བརྟེས་པའི་ཕྱིར། ས་འོག་མ་ནས་གོང་མ་གཞོན་ཅིང་འགོ་སྟེ། ས་འོག་མའི་ཡོན་  
 ཏན་ལས་མི་ལྷོག་པའི་ཆོས་མངོན་དུ་གྱུར་ཅིང་གོང་མ་གཞོན་པ་ལ་སྒྲོབ་ཆེ་བའི་  
 ཕྱིར། ངན་འགོའི་ལམ་མཐའ་དག་འགགས་ཏེ། མི་དགོ་བ་མི་བྱེད་པའི་སྒྲོམ་པ་  
 ཐོབ་ཅིང་ངན་འགོར་སྤྱོད་པ་ལ་འགོག་པ་གཉིས་ཀྱང་ཐོབ་པའི་ཕྱིར། སོ་སྤྱེས་པ་  
 དང་གྱིས་པའི་རྒྱད་པ་ལས་འདས་ཏེ། ཡོན་ཏན་བརྒྱ་ཕྱག་བརྒྱ་གཉིས་ལ་མངའ་  
 བརྟེས་པའི་ཕྱིར། ལྷ་པ་ནི། འདི་ནི་ཞེས་པ་རྐང་པ་གཅིག་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན།

འཕགས་པ་རྒྱན་ཞུགས་དང་ཆོས་མཚུངས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། དེ་ཉིད་རང་  
དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་འཕགས་པའི་ཆོས་ཐོབ་པའི་རྒྱན་དང་བྲལ་ཞིང་ཡོན་ཏན་  
འབྱུང་བ་བཞིན་དུ། བྱོད་ཀྱང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ས་ཐོབ་པ་ལ་རང་དང་འཆོམས་  
པའི་རྒྱན་ཟད་ཅིང་ཡོན་ཏན་ཐོབ་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ནི། རྗེགས་པའི་ཞེས་པ་རྒྱུད་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཙན། ཉན་  
རང་ལས་ལྷག་པའི་བསམ་པ་བྱུང་བར་དུ་འཕགས་ཏེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
ཀྱི་ཕྱིར་དུ་ཐུབ་པའི་དབང་པོའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་དམ་བཅས་ཤིང་གོང་ནས་གོང་  
དུ་འཁེལ་བཞིན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ས་བདུན་པ་ཐོབ་པའི་ཆོ་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྟོབས་  
ཀྱིས་ཀྱང་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་ནུས་ཏེ། དེ་ཐོབ་པའི་ཆོ་སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ལ་དེ་བཞིན་  
ཉིད་ལ་མངོན་སུམ་དུ་འཕྱག་ལྡང་བྱེད་ནུས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ལ་གསུམ། ས་དེར་སྦྱོན་པ་ལྷག་པར་བསྟན་པ་དང་། སྦྱོན་  
པའི་ཕན་ཡོན་བརྗོད་པ་དང་། དབྱེ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་།  
སྦྱོན་པའི་ཡོན་ཏན་བྱུང་བར་ཅན་གཞན་གྱི་གོ་བྱེད་དུ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་  
ཆོ་ཞེས་པ་རྒྱུད་པ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཙན། རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྒྱ་པར་ཕྱིན་བཅུའི་དང་  
པོ་སྦྱོན་པའི་པར་ཕྱིན་བྱོད་ལ་ལྷག་པར་ལྡན་ཏེ། སྦྱོན་པའི་མི་མཐུན་སྟེགས་དང་  
བྲལ་ཞིང་དོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་དང་པོ་ལ་གནས་བཞིན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
གཉིས་པ་ནི། རང་ག་ཞེས་པ་རྒྱུད་པ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཙན། སྦྱོན་པས་བྱོད་ལ་  
རང་ལས་སྟོང་མན་པའི་གང་ཟག་གི་མངོན་སུམ་ཆད་མ་ལ་སྤང་དུ་མི་རུང་བའི་

ཡོན་ཏན་གྱི་བྱང་པར་དཔོག་པའི་རྒྱ་བྱེད་དེ། བྱང་པད་ག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་  
རྟོགས་པ་ལ་མི་འབྲུལ་པའི་རང་གི་ལུས་ཀྱི་ཤ་སྦྱིན་པར་གཏོང་བ་ལ་གྲུས་པར་  
མཐོང་བའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ལ་གསུམ། ཐོག་མར་སྦྱིན་པའི་གཏམ་མཛད་པའི་རྒྱ་མཚན་  
དང་། སྤྱིང་ཇེ་ཡོད་མེད་ཀྱི་སྦྱིན་པ་ལ་སྦྱོར་མོང་དུ་བསྐྱེད་གསུམ་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའི་སྦྱིན་པ་ལ་བྱང་པར་དུ་བསྐྱེད་གསུམ་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྦྱོ་བོ་ཞེས།  
ཀར་བ་བཞི་སྟེ། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། ཐུབ་པས་པར་ཕྱིན་ནམས་ཀྱི་ཐོག་མར་སྦྱིན་  
པའི་གཏམ་མཛད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། པར་ཕྱིན་གཞན་ལས་སྦྱིན་པ་ལ་འགོད་  
པ་སྤྲིའིང་། ཚོར་བ་སྐྱུག་བསྐྱུལ་མངོན་གྱུར་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པའི་སྐྱུག་བསྐྱུལ་  
ཕྱིར་བཅོས་ཀྱི་བདེ་བའི་རྒྱར་གྱུར་པའི་ལོངས་སྟོན་དེ་ཡང་སྦྱིན་པ་བཏང་བ་ལས་  
འབྱུང་བར་གཟིགས་ནས་ཐོག་མར་དེའི་གཏམ་མཛད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ལ་གསུམ། སྤྱིང་ཇེ་མེད་པའི་གང་ཟག་གི་སྦྱིན་པའི་བསྐྱེད་གསུམ་  
པ་དང་། སྤྱིང་ཇེ་ཅན་གྱི་སྦྱིན་པའི་བསྐྱེད་གསུམ་པ་དང་། སྦྱོར་མོང་གི་དོན་བསྐྱེད་  
པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། དེའི་སྦྱིན་པ་མངོན་མཐོའི་རྒྱར་བསྐྱེད་པ་དང་། དེས་  
ལེགས་ཀྱི་རྒྱར་བསྐྱེད་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྤྱིང་ཇེ་ཞེས་པ་ཀར་བ་བཞི་སྟེ། དེ་ཚོས་  
ཅན། སྤྱིང་ཇེ་མེད་པའི་གང་ཟག་གི་སྦྱིན་པ་མངོན་མཐོའི་རྒྱར་འབྱུར་ཏེ། གང་  
ཟག་དེས་རང་བདེ་འབའ་ཞིག་གི་ཕྱིར་དུ་སྦྱིན་པ་བཏང་བས་སྐྱུག་བསྐྱུལ་ཕྱིར་  
བཅོས་ཀྱི་བདེ་བའི་རྒྱར་གྱུར་པའི་ལོངས་སྟོན་འབྱུག་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི།

འདི་ཡང་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། གང་ཟག་དེའི་སྦྱོན་པ་འང་ངེས་  
ལེགས་ཀྱི་རྒྱུར་འགྱུར་ཏེ། དེའི་སྦྱོན་གནས་སུ་སྐབས་འགར་འཕགས་པའི་སྦྱོ་བོ་  
དང་འབྲུད་ནས་དེས་ཐར་ལས་བསྟན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་སྤྱིད་པ་འགོག་ཅིང་ཐར་པ་  
འཐོབ་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། འགོ་ལ་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་  
ཅན། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་དུས་ཀྱན་ཏུ་སྦྱོན་པ་ལ་དགའ་བའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་  
ཏེ། །དེ་ལ་སྦྱོན་པ་གཏོང་བའི་ཆོ་སྟོང་བ་པོ་ཡིད་ཆེས་བར་མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་  
དགའ་བ་ལུལ་དུ་སྦྱོན་པ་སྦྱོས་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི། གང་ཕྱིར་བཙེ་བདག་  
ཅེས་པ་རྒྱུ་པ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། སྦྱོན་པའི་གཏམ་བདེ་ལེགས་ཀྱན་གྱི་ཙ  
བ་ཡིན་ཏེ། སྦྱོང་རྒྱུ་ཡོད་མེད་གཉིས་ཀའི་སྦྱོན་པས་མངོན་མཐོང་དང་ངེས་ལེགས་  
ཀྱི་རྒྱ་བྱེད་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་ལ་གཉིས། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་སྦྱོན་པ་ལ་ལྷག་པར་གསུམ་  
པའི་རྒྱ་མཚན་དང་། དེའི་སྦྱོན་པ་ཐར་ཕྱིན་གཞན་གྱི་རྒྱུར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་  
ནི། ཇི་ལྟར་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ས་ཐོབ་པའི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་  
དཔའ་སྦྱོན་པ་གཏོང་བ་ལ་ལྷག་པར་གསུམ་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། དེས་ཕྱིན་གི་  
བདོག་པ་ཐམས་ཅད་བཏང་བས་ལུལ་དུ་སྦྱོན་པའི་བདེ་བ་སྦྱོ་བའི་ཕྱིར། དེར་  
ཐལ། སྟོང་བའི་གཏམ་ཐོས་པའི་སྟོབས་ལས་འོངས་པའི་རྒྱལ་སྐྱེས་འཕགས་  
པའི་བདེ་བ་དེ། ཉན་རང་འཕགས་པ་རྣམས་ཐུང་ན་ལས་འདས་པའི་དབྱིངས་སུ་  
ཞུགས་པའི་བདེ་བ་ལས་ཀྱང་ཆེས་ལྷག་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། ལུས་བཅད་

ཅེས་པ་རྒྱུ་ལ་བཞི་ལྟེ། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། རྒྱལ་སྐུས་འགའ་ཞིག་གི་སྦྱིན་པ་  
 བཅོམ་འགྲུས་བྱུང་པར་ཅན་གྱི་རྒྱུ་ལ་བྱུར་ཏེ། ཆགས་པ་མེད་པའི་ས་མ་ཐོབ་  
 པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རང་གི་ཤ་བཅད་ནས་སྦྱིན་པ་གཏོང་བའི་ཆོ་ལུས་ཀྱི་  
 སྤྱག་བསྐུལ་ཉམས་སུ་སྤོང་བ་ལ་དཔགས་ནས་དེ་ལས་སྤོང་འགྲུར་གྱིས་ལྷག་  
 པར་འཕེལ་བའི་གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐུལ་རང་གི་བ་ལྷ་བྱུར་མཐོང་ནས་དེ་བཅད་པའི་  
 ཆེད་དུ་བཅོམ་འགྲུས་ལྷག་པར་ཕྱོམ་པའི་ཕྱིར། ཡང་ན་རང་གི་སྤྱག་བསྐུལ་ལ་  
 དཔགས་ནས་གཞན་གྱི་སྤྱག་བསྐུལ་མི་བཟོད་པ་རང་གི་སྤོང་བ་ལྷ་བྱུར་ཆུལ་དུ་  
 སྤིག་ནས་དེ་བཅད་པའི་ཆེད་དུ་བཅོམ་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའོ།

གསུམ་པ་ནི། སྦྱིན་པ་ཞེས་པ་རྒྱུ་ལ་བཞི་ལྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། སྦྱིན་པའི་  
 པར་ཕྱིན་ལ་གཉིས་སུ་དབྱེར་ཡོད་དེ། སྦྱིན་པའི་ལས་བྱ་བྱེད་གསུམ་རང་བཞིན་  
 གྱིས་སྤོང་པར་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་སྦྱིན་པའི་  
 པར་ཕྱིན་དང་། ས་དང་པོའི་རྗེས་ཐོབ་གྱིས་བསྐྱུས་པའི་ཆོས་འཛིག་རྟེན་པར་བྱུར་  
 པའི་སྦྱིན་པ་གཉིས་སུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདི་ནི་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པས་བསྐྱུས་པའི་  
 སྦྱིན་པའི་ལས་བྱ་བྱེད་གསུམ་ལ་དམིགས་པ་དང་བཅས་ཤིང་། དེ་ཡང་ས་དང་  
 པོས་བསྐྱུས་པའི་གཏོང་བའི་སེམས་པ་ཡིན་གྱི། ལས་བྱ་བྱེད་གསུམ་བདེན་པར་  
 འཛིན་པ་ལ་མི་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟ་ན་པར་ཕྱིན་གྱི་མིང་བཏགས་ནས་ཀྱང་བསྐྱུས་པ་མི་  
 སྤིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འཛིག་རྟེན་པའི་ཐ་སྙད་ཀྱང་གཉིས་སྤྱང་ཅན་གྱི་སྟོ་ལ་  
 བཞག་པའོ། །གལ་ཏེ་གང་ཟག་འཛིག་རྟེན་པ་སོ་སོ་སྟེ་བའི་སྦྱིན་པ་བསྐྱུས་པར་



འདོད་ན་ཡང་བདེན་འཛིན་ལ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་བྱར་མི་རུང་ངོ་། །གསུམ་པ་  
 སའི་མིང་དོན་གྱིས་མཐུག་བསྟུ་བཞི། དེ་ལྟར་ཞེས་པ་རྒྱུ་བ་བཞི་སྟེ། ས་དང་པོ་  
 ལ་གནས་པའི་བྱང་རྒྱུ་མེས་ས་དཔལ་ཚོས་ཅན། རོར་བུ་རྒྱུ་ཤེལ་ལས་གྲུབ་པའི་  
 རྒྱུ་བའི་དགྱིལ་འཁོར་ཆ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་བཞིན་དུ་ས་དང་པོའི་མི་  
 མཐུན་སྟོགས་ཐམས་ཅད་ལས་རྒྱལ་ནས་རྣམ་པར་གནས་ཏེ། ས་དང་པོའི་ཡོན་  
 ཏན་རྫོགས་པར་ཐོབ་པའི་མེས་ས་དཔལ་ཡིན་པའི་བྱིར། མེས་ས་བསྐྱེད་པ་དང་པོ་  
 བཤད་ཟིན་ཏོ།

༩ གཉིས་པ་ས་རྩི་མ་མེད་པ་ལ་གསུམ། མིང་གི་བྱང་པར་གྱིས་མདོར་  
 བསྟན། ཡོན་ཏན་གྱིས་རྒྱས་པར་བཤད། མིང་དོན་གྱིས་མཐུག་བསྟུ་བའོ། །དང་  
 པོ་ནི། དེ་རྒྱལ་ཞེས་པ་རྒྱུ་བ་གཉིས་ཏེ། ས་གཉིས་པའི་མཉམ་གཞག་ཡེ་ཤེས་  
 ཚོས་ཅན། རྩི་མ་མེད་པའི་ས་ཞེས་བྱ་སྟེ། མི་ལས་དུ་ཡང་འཆལ་རྒྱལ་གྱི་རྩི་མ་  
 སྤངས་པས་རབ་དུ་སྟེ་བའི་དོན་དམ་མེས་ས་བསྐྱེད་གཉིས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། མི་  
 ལས་དུ་འཆལ་རྒྱལ་གྱི་རྩི་མ་སྤངས་པར་ཐལ། རྒྱལ་བྱིས་ས་ཀྱི་པར་ཕྱིན་རྫོགས་  
 པའི་བྱིར། གཉིས་པ་ལ་གསུམ། ས་དེར་རྒྱལ་བྱིས་ས་ལྷག་པར་བསྟན་པ་དང་།  
 རྒྱལ་བྱིས་ས་ཀྱི་བསྟགས་པ་དང་། རྒྱལ་བྱིས་ས་ཀྱི་པར་ཕྱིན་གྱི་དབྱེ་བའོ། །དང་  
 པོ་ལ་གཉིས། རྒྱལ་བྱིས་ས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྫོགས་པ་དང་། རྫོན་ཟད་པར་བསྟན་  
 པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། སྤང་བདུན་ཀུན་སྤང་དང་བཅས་པ་ངང་གིས་འཕེལ་  
 བ་དང་། ས་དང་པོ་ལ་ལྷོས་ཏེ་ཆེས་ཡོངས་སུ་དག་པ་དང་། དེའི་ཤེས་བྱེད་

དོ། །དེ་གསུམ། ལུས་ངག་ཅེས་པ་རྒྱུ་པ་གཉིས་དང་། གཉིས་དང་། གཉིས་  
 གྱི་རིམ་པ་བཞིན་ཏེ། ས་གཉིས་པ་བ་ཆོས་ཅན། དག་བའི་ལས་ལས་བཅུ་དང་  
 གིས་གསོག་པར་བྱེད་དེ། ལུས་ངག་ཡིད་གྱི་རྒྱ་བ་བཅས་རང་གི་ཁ་ན་མ་ཐོབ་ས་  
 བོན་དང་བཅས་པ་དག་པས་རབ་ཏུ་སྤྱོད་བའི་ས་བརྟེས་པའི་ཕྱིར། ས་བཅུ་པར།  
 གྱི་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་དག་བྱུང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་རྩི་མ་མེད་པ་ལ་གནས་པའི་  
 བྱུང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཞི་རང་བཞིན་གྱིས་སློག་གཅོད་པ་སྤངས་པ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་  
 སོགས་གསུངས་པ་ཆོས་ཅན། དག་བའི་ལས་ལས་བཅུ་པོ་ས་དང་པོ་ལ་གནས་  
 པས་མི་གསོག་པར་བསྟན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ས་དང་པོ་ལ་སྟོན་ཏེ་ས་གཉིས་པའི་  
 སྐབས་སུ་ཆེས་ཡོངས་སུ་དག་ཅིང་འཕེལ་བར་བསྟན་པ་ཅམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ས་  
 གཉིས་པའི་སྐབས་སུ་དེ་ལས་ཆེས་ཡོངས་སུ་དག་པར་ཐལ། ས་གཉིས་པ་བ་དེ་  
 ས་དང་པོ་བ་ལས་དབང་པོ་བསྐྱེད་པ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པས་ཞི་ཞིང་འོད་ཆགས་  
 པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། ཚུལ་བྱིས་ས་གྱི་སྟོན་པོས་བཟུང་བ་དང་། དེས་  
 དག་པར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་གཉིས་ཏེ་ཆོས་གྱི་དེ་  
 ཉིད་མ་རྟོགས་པའི་དག་སྟོང་ཆོས་ཅན། ཚུལ་བྱིས་ས་གྱི་རྩི་མ་མཐའ་དག་དང་  
 བལ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཚུལ་བྱིས་ས་བདེན་པར་བཟུང་ནས་བདག་ཚུལ་བྱིས་ས་རྣམ་  
 དག་དང་ལྡན་ཞོ་སྟམ་དུ་སྟོན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། དེ་ཕྱིར་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་  
 གཉིས་ཏེ། ས་གཉིས་པ་བ་ཆོས་ཅན། སློག་གཅོད་སོགས་གཞི་གང་ལས་སྤྱོད་པ་

དང་། གང་ཞིག་སྤོང་བ་དང་། གང་གིས་སྤོང་བ་གསུམ་ལ་བདེན་པར་འཛིན་པ་  
 དང་། དེ་གསུམ་བདེན་གྱུ་བ་བཀག་པ་བདེན་པར་འཛིན་པའི་ཀུན་བཏགས་  
 དང་། ལྷན་སྐྱེས་ཀྱིས་ཐོན་སྐངས་པ་ཡིན་ཏེ། ཚུལ་བྱིམས་ཀྱི་དྲི་མ་མཐའ་དག་  
 དང་བུལ་བའི་ས་བརྟེས་བའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ལ་གསུམ། ཚུལ་བྱིམས་མ་བསྐྱང་བའི་ཉེས་དམིགས།  
 བསྐྱང་བའི་ཕན་ཡོན། ས་གཉིས་པའི་ཚུལ་བྱིམས་ལ་ལྷག་པར་བསྐྱགས་པའོ། །  
 དང་པོ་ལ་གསུམ། ཚུལ་བྱིམས་འཆལ་ན་ངན་འགྲོར་ལྟར་བ་དང་། དེར་ལྟར་ན་  
 སྦྱིན་པའི་འབྲས་བུ་ལ་རྒྱན་མི་ཆད་དུ་ལོངས་སྟོང་མི་རུས་པ་དང་། རན་སོང་ལས་  
 ཀྱང་ཐར་བར་དཀའ་བའོ། །དང་པོ་ནི། སྦྱིན་པས་ཞེས་པ་རྟེན་པ་གཉིས་ཏེ།  
 ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ཚུལ་བྱིམས་འཆལ་ན་ལོངས་སྟོང་ཡོད་ཀྱང་དེ་ལ་ལོངས་སྟོང་  
 བའི་ལུས་རྟེན་བྱུང་པར་ཅན་རྟེན་པར་དཀའ་སྟེ། དེ་འཆལ་ན་ངན་འགྲོར་ལྟར་  
 བའི་ཕྱིར། ཡང་ན་སྦྱིན་པས་ལོངས་སྟོང་དང་ལྷན་ཡང་ཚུལ་བྱིམས་འཆལ་ན་  
 བདེ་འགྲོའི་རྟེན་ལ་ལོངས་སྟོང་མི་རུས་ཏེ། དེ་འཆལ་ན་ངན་འགྲོར་ལྟར་ནས་སྦྱིན་  
 འབྲས་ལ་ལོངས་སྟོང་པ་ཅམ་དུ་ཟད་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། སྦྱིན་བཅས་ཞེས་  
 པ་རྟེན་པ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཚུལ་བྱིམས་འཆལ་ན་ལོངས་སྟོང་རྒྱན་མི་  
 འཆད་དུ་མི་འབྱུང་སྟེ། དེ་འཆལ་ན་ངན་འགྲོར་སྦྱེས་ནས་སྤར་གྱི་སྦྱིན་པ་བཏང་  
 བའི་འབྲས་བུ་སྦྱིན་དང་བཅས་པ་ལོངས་སྟོང་པས་ཟད། ཕྱི་མའི་དོན་དུ་སྦྱིན་པ་  
 སྦྱེལ་བར་མི་བྱེད་པས་ལོངས་སྟོང་འབྱུང་བའི་ཅ་བའང་ཟད་པའི་ཕྱིར། ཡང་ན་ཅ་

བ་དང་ལོ་ཏྲོག་གཉིས་ཀ་སྤར་གྱི་སྤྱན་པ་བཏང་བ་ལ་སྤར་དེ། སྤྱན་པའི་ངོས་སྐྱལ་  
 གྱི་འབྲས་བུ་གང་འབྲུང་བ་དེ་ཙམ་ཡིན་ལ་དེ་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱིས་འཕེལ་བར་བྱས་  
 བས་སྐྱེད་དོ། །གསུམ་པ་ནི། གང་ཆོ་ཞེས་པ་རྐང་པ་བཞི་སྟེ། ཚུལ་འཆལ་ངན་  
 འགྲོར་ལྷུང་བ་དེ་ཆོས་ཅན། རང་དབང་མེད་པའི་ངན་འགྲོ་ལས་ཐར་བར་དཀའ་  
 སྟེ། བདེ་འགྲོར་རང་དབང་དུ་གནས་པའི་ཆོ་ཡང་ངན་འགྲོའི་གཡང་ཁ་ནས་སྤྲིག་  
 ལྷུང་བསྐྱེད་པའི་རང་ཉིད་འཛིན་པར་མི་བྱེད་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་ལ་གསུམ། སྤྱན་པའི་གཏམ་མཛད་པའི་རྗེས་སུ་ཚུལ་བྲིམས་  
 གྱི་གཏམ་མཛད་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་། ཚུལ་བྲིམས་རྣམ་དག་བར་མ་ཆད་དུ་ལྷན་  
 བྱས་སོགས་གྱི་འབྲས་བུ་རྒྱན་ཆད་མི་སྲིད་པ་དང་། ཚུལ་བྲིམས་མཛོན་མཐོ་  
 རིས་ལོགས་ཀུན་གྱི་རྒྱར་བསྐྱེད་པའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་བྱིར་ཞེས་པ་རྐང་པ་གཉིས་  
 ཏེ། འཕེལ་བྱ་ཆོས་ཅན། སྤྱན་པས་སྤྱན་པའི་གཏམ་གྱི་རྗེས་སུ་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་  
 གཏམ་མཛད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། སྤྱན་སོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྣམས་ཚུལ་བྲིམས་  
 གྱི་རྗེས་སུ་འགྲོད་གོས་པས་ཡོན་ཏན་གཞན་རྣམས་ཆུད་མི་ཟ་བར་བྱ་བའི་བྱིར་དུ་  
 དེའི་རྗེས་སུ་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་གཏམ་མཛད་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་ནི། ཡོན་ཏན་  
 ཞེས་པ་རྐང་པ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། སྤྱན་སོགས་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་ཞིང་དུ་  
 འཕེལ་ན། འབྲས་བུ་རྒྱན་མི་ཆད་དུ་འབྲུང་བ་སྟེ། ཚུལ་བྲིམས་ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་  
 རྟེན་གྱི་གཙོ་བོར་བསྐྱེད་པའི་བྱིར། གསུམ་པ་ནི། སོ་སོའི་ཞེས་པ་རྐང་པ་བཞི་  
 སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཚུལ་བྲིམས་ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་གཞིར་བསྐྱེད་པའོ། །མཛོན་མཐོ་

ངེས་ལེགས་གཉིས་ཀའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི། ཇི་ལྟར་ཞེས་པ་རྟེན་པ་  
བཞི་སྟེ། ས་གཉིས་པ་བཙོས་ཅན། དཔེ་གཉིས་བཞིན་དུ་ཚུལ་འཆལ་རྒྱུད་ལ་  
གནས་པ་མི་སྲིད་དེ། ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་པར་ཕྱིན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་ནི། གང་གི་ཞེས་པ་རྟེན་པ་བཞི་སྟེ། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། ས་  
གཉིས་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་པར་ཕྱིན་ལ་གཉིས་སུ་ཡོད་དེ། ས་གཉིས་པ་བའི་  
མཉམ་བཞག་གིས་བསྐྱུས་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་འཁོར་གསུམ་བདེན་མེད་དུ་མཛོན་  
སུམ་དུ་རྫོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་། ཇེས་ཐོབ་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་དམིགས་བཅས་ཀྱི་  
སྟོང་བའི་སེམས་པ་གཉིས་སུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི། རྒྱལ་སྐས་ཞེས་པ་  
རྟེན་པ་བཞི་སྟེ། ས་གཉིས་པ་བའི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཚོས་ཅན། ཚུལ་འཆལ་གྱིས་  
བསྐྱེད་པའི་ཡིད་ཀྱི་གདུང་བ་སེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། དགེ་བའི་ལས་ལམ་བཅུ་  
དྲི་མ་དང་བུལ་བས་རབ་རྩ་བའི་དོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་གཉིས་པ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། ལྷན་ཀའི་རྒྱ་འོད་དྲི་མ་མེད་པས་སྐྱེ་བོའི་ཡིད་ཀྱི་གདུང་བ་སེལ་བར་བྱེད་པ་  
བཞིན་ནོ། །སེམས་བསྐྱེད་པ་གཉིས་པ་བཤད་ཟིན་ཏོ།

༥ གསུམ་པ་ས་འོད་བྱེད་པ་ལ་གསུམ། མིང་གི་བྱུང་བར་གྱིས་མདོར་  
བསྟན། ཡོན་ཏན་གྱིས་རྒྱས་པར་བཤད། མིང་དོན་གྱིས་མཐུག་བསྟུ་བའོ། །དང་  
པོ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་། འོད་ཀྱི་དཔེ། །དང་པོ་ནི། ཤེས་བྱའི་ཞེས་པ་རྟེན་  
པ་བྱེད་དང་གསུམ་སྟེ། ས་གསུམ་པའི་ཡེ་ཤེས་ཚོས་ཅན། ས་འོད་བྱེད་པ་ཞེས་  
བྱ་སྟེ། ཤེས་སྐྱིབ་ཀྱི་བྱུང་ཁིང་བསྟེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མེ། ཞི་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་

གྱི་འོད་འབྱུང་བའི་དོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་གསུམ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་  
ནི། བདེ་གཤེགས་ཞེས་པ་རྒྱུད་དང་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་  
སྤང་བ་བྱུང་བར་ཅན་འབྱུང་སྟེ། ཉི་མ་ཤར་བའི་སྤྲོ་རོལ་གྱི་ཟངས་མདོག་ལྟ་བུའི་  
འོད་དང་མཚུངས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤང་བ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ལ་གསུམ། བྱུང་ཆོས་ཀྱི་གཙོ་བོ་བཟོད་པའི་པར་ཕྱིན་བཤད་པ་  
དང་། ས་དེར་ཐོབ་པའི་ཡོན་ཏན་གཞན་བསྟན་པ་དང་། བར་ཕྱིན་དང་པོ་གསུམ་  
གྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་བྲག་རྩ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། ས་དེར་བཟོད་པ་ལྷག་  
པར་བསྟན་པ་དང་། བཟོད་པའི་བསྐྱེད་པ་དང་། བཟོད་པའི་པར་ཕྱིན་གྱི་དབྱེ་  
བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། སྤྲིང་ཇེ་འཛིན་སྤྲོ་བས་ཀྱིས་བཟོད་པ་ལྷག་པ་དང་། ཤེས་  
རབ་ཀྱི་སྤྲོ་བས་ཀྱིས་བཟོད་པ་ལྷག་པའོ། །དང་པོ་ནི། གཤམ་ཏེ་ཞེས་པ་རྒྱུད་པ་བཞི་  
སྟེ། ས་གསུམ་པའི་བྱང་སེམས་ཆོས་ཅན། སྤྲིང་ཇེ་འཛིན་སྤྲོ་བས་ཀྱིས་བཟོད་པ་ལྷག་  
པར་ལྟན་ཏེ། གཞན་གྱི་ཁྲོ་བས་བསྐྱེད་སྟེ་རུས་པ་དང་བཅས་པའི་ཤ་སྤང་རེ་རེ་  
ནས་ཡུན་རིང་པོའི་བར་དུ་སྤྲོད་ཅིང་བཅད་ཀྱང་དེ་ལ་སེམས་མི་འཁྲུག་པར་མ་  
ཟད་གཞན་གྱིས་སེམས་བསྐྱུང་བས་སྤུན་སྤུམ་ཆོགས་པ་དང་། ཁོང་ཁོའི་ཉེས་  
དམིགས་ལ་བསམས་ནས་ལྷག་པར་ཡང་བཟོད་པ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི།  
བདག་མེད་ཅེས་པ་རྒྱུད་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཤེས་རབ་ཀྱི་སྤྲོ་བས་ཀྱིས་ཀྱང་  
བཟོད་པ་ལྷག་པར་ལྟན་ཏེ། ཆོས་ཐམས་ཅད་གཟུགས་བརྟན་དང་འདྲ་བར་མདོན་  
སུམ་དུ་གཟིགས་པའི་ས་གསུམ་པའི་གོ་འཕང་བརྟེན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ལ་གསུམ། ཁོང་ཁྱོད་ཉེས་དམིགས་དང་། བཟོད་པའི་ཕན་  
ཡོན་དང་། དེས་ན་རྟག་ཏུ་བཟོད་པ་བསྟན་པར་བྱའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། ཁོང་  
ཁྱོས་སྤར་མེད་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་སྟོབས་ཅན་བསྐྱེད་པ་དང་། སྤར་ཡོད་གྱི་ཡོན་ཏན་  
འཛེམས་པ་དང་། དེ་མ་ཐག་ངན་འགྲོར་འཕེན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། གཞོད་  
བྱེད་ལ་ཁོང་ཁྱོད་མི་རིགས་པ་དང་། བཟོད་པ་སྦྱོར་རིགས་པའོ། །དང་པོ་ནི།  
གཞོད་པ་ཞེས་པ་རྒྱུ་ལ་བཞི་སྟེ། ཞེས་བྱ་ཆོས་ཅན། གཞོད་པ་བྱེད་པའི་གང་  
ཐག་ལ་ཁོ་བ་སྦྱོར་པར་མི་རིགས་ཏེ། ཁོ་བ་བྱས་པས་ཆོ་འདིར་འདོད་དོན་མི་  
འགྲུབ་ཅིང་ཕྱི་མའི་བདེ་བ་དང་འགལ་བའི་དཔྱལ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་འཕེན་པའི་  
ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། སྟོན་བྱས་ཞེས་པ་རྒྱུ་ལ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། གཞོད་བྱེད་  
ལ་བཟོད་པ་སྦྱོར་པར་རིགས་ཏེ། གཞོད་བྱེད་གྱིས་གཞོད་པ་བྱས་པ་དེ་སྤར་རང་  
གིས་མི་དགོ་བ་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་མྱོང་ནས་འཛད་པ་ཡིན་པ་ལ། སྤར་ཡང་ཁོང་  
ཁྱོས་ངན་འགྲོའི་རྒྱར་སྤྱར་པས་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ལ་གསུམ། དགོ་ཅ་འཛེམས་པ་དང་། ལང་ཆོ་འཛེམས་པ་  
དང་། ཞེས་རབ་འཛེམས་པའོ། །དང་པོ་ནི། གང་ཕྱིར་ཞེས་པ་རྒྱུ་ལ་བཞི་  
སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཁོང་ཁྱོད་དེ་ཆོས་སྟོབས་དང་ལྡན་པའི་སྤྱག་བ་ཡིན་ཏེ། བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་ཁྱོས་པའི་སེམས་གྱིས་སྦྱོན་པ་དང་། ཆུ་ལ་བྱིས་ས་  
སོགས་གྱི་དགོ་བ་བསྐྱེད་པ་བརྒྱར་བསགས་པ་སྤྲད་ཅིག་ཅེས་གྱིས་འཛེམས་  
པའོ། །དེའི་རྣམ་སྟོན་གྱི་མཚམས་ཀྱང་མཐའ་ཡས་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། མི་

སྤྱུག་ཅེས་པ་རྒྱུ་པ་གཅིག་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་བས་ལང་ཆོ་འཛུམས་ཏེ། ཁྱོད་བས་ཁྱོད་གཉིས་སྤྱད་ཅིང་བཞིན་རས་ནག་པོར་བྱེད་པའི་བྱིར་དང་། དེའི་དབང་གིས་དམ་པ་མིན་པའི་བྱ་བ་ལ་འབྲིད་པའི་བྱིར། གསུམ་པ་ནི། ཚུལ་དང་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་གཅིག་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་བས་རིགས་མི་རིགས་དབྱེད་པའི་རྣམ་དབྱེད་འཛུམས་ཏེ། ཁྱོད་བས་ཐེལ་གྱིས་ལོན་ནས་སྤང་དོར་ལ་སྤོངས་པར་འགྱུར་པའི་བྱིར། གསུམ་པ་ནི། མི་བཟོད་པ་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་གཅིག་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཁྱོད་དེ་མ་ཐག་ངན་འགོར་འཕེན་ཏེ། ཁྱོད་ཁྱོད་སྤྱིག་པ་སྟོབས་ཆེན་མཐར་ཐུག་པ་ཡིན་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་ནི། བཟོད་པས་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་གཅིག་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། བཟོད་པས་སྟོན་དེ་དག་དང་འགལ་བའི་ཡོན་ཏན་འབྲེན་པར་བྱེད་དེ། བཟོད་པས་གཟུགས་མཛེས་པ་དང་། དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་འདོད་པ་དང་། སྤང་དོར་གྱི་གནས་ལ་མཁས་པ་དང་། ཆོ་གཞན་དུ་ལྟ་མིའི་གོ་འཕང་སོགས་སྟེར་བའི་བྱིར། གསུམ་པ་ནི། སོ་སོའི་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་གཅིག་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། སྟེ་འཕགས་ཀྱི་ཁྱོད་བ་དང་བཟོད་པའི་སྟོན་ཡོན་རིག་པར་བྱས་ནས་ཏྲ་བཟོད་པ་བསྟེན་པར་བྱ་སྟེ། ཁྱོད་ཁྱོད་མི་འདོད་པ་མཐའ་དག་འབྲེན་ཅིང་། བཟོད་པས་ཡོན་ཏན་མཐའ་དག་འབྲེན་པའི་བྱིར། གསུམ་པ་ནི། རྫོགས་སངས་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་གཅིག་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། བཟོད་པའི་ཕར་བྱིན་ལ་གཉིས་སྤྱོད་དེ། ས་གསུམ་པའི་རྗེས་ཐོབ་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་འཛིག་རྟེན་པའི་ཕར་བྱིན་དང་། མཉམ་བཞག་གིས་བསྐྱེད་པའི་



འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཕར་སྤྱོད་གཉིས་སུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ལ་  
 གཉིས། ཡོན་ཏན་འབྲེན་པའི་རྣམ་པ་དང་། ཉོན་མོངས་འཛོམས་པའི་རྣམ་  
 པའོ། །དང་པོ་ནི། ས་དེར་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་གཅིག་སྟེ། ས་གསུམ་པ་བ་ཆོས་ཅན།  
 ཡོན་ཏན་ཁྱད་པར་ཅན་གཞན་ཡང་ཐུགས་སུ་རྒྱུད་དེ། བསམ་གཏན་གཟུགས་  
 མེད་དང་ཆད་མེད་བཞི་དང་། མཛོན་ཤེས་ལྷ་ལ་སོགས་པ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར།  
 གཉིས་པ་ལ་གཉིས། རང་གི་ཉོན་མོངས་འཛོམས་པའི་རྣམ་པ་དང་། གཞན་གྱི་  
 ཉོན་མོངས་འཛོམས་པའི་རྣམ་པའོ། །དང་པོ་ནི། འདོད་ཆགས་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་  
 གཅིག་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཉོན་མོངས་ལལ་ཆེར་ཟད་དེ་རྟེན་འབྲེལ་  
 འཕོ་བ་མེད་པ་དང་། འཛིག་པ་མེད་པའི་དོན་མཛོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ས་  
 གསུམ་པའི་གོ་འཕང་བརྟེན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། དེས་ཀྱང་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་  
 གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། གཞན་རྒྱུད་ཀྱི་འདོད་ཆགས་འཛོམས་ཏེ། ལྷའི་དབང་  
 པོའི་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་སྦྱེ་བ་བརྒྱུད་ནས་གཞན་གྱི་འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་ལོག་པའི་  
 ཐབས་སྦྱབ་ཅིང་འདོད་པའི་འདས་ནས་འདོན་པ་ལ་མཁས་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་ལ་གསུམ། པར་སྤྱོད་དང་པོ་གསུམ་གྱི་རྟེན་གྱི་ཁྱད་པར་  
 དང་། ཆོགས་གཉིས་གང་གིས་བསྐྱུས་པ་དང་། སྦྱ་གང་གི་རྒྱ་ཡིན་པའོ། །དང་  
 པོ་ནི། སྦྱ་སོགས་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་གཉིས་ཏེ། པར་སྤྱོད་དང་པོ་གསུམ་ཆོས་  
 ཅན། ཁྱོད་བྱང་རྒྱུ་བ་སེམས་དཔའ་བྱིས་པ་དང་རབ་བྱུང་གི་སྦྱོགས་གཉིས་ཀྱི་  
 བྱིས་པའི་རྟེན་ཅན་ལ་བསྐྱུས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཁྱོད་

སྐྱུ་བ་སྐྱུ་བ་ས་དེ་ལྟར་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། བསོད་ནམས་ཞེས་པ་  
 ཀྱང་པ་གཅིག་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཆོག་པ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་བསོད་ནམས་ཀྱི་  
 ཆོག་པ་ཀྱིས་བསྐྱེད་ཏེ། ཐབས་ཀྱི་ཆར་གྱུར་པའི་སས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི། སངས་རྒྱུ་ཞེས་པ་ཀྱང་པ་གཅིག་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན།  
 གསུམ་སྐྱུ་འི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བར་ཕྱིན་  
 གཞན་ནམས་ཀྱི་རྟེན་གྱི་བྱུང་པར་སོགས་ཀྱང་གོ་བར་འགྱུར་རོ། །གསུམ་པ་  
 ནི། རྒྱལ་བའི་ཞེས་པ་ཀྱང་པ་བཞི་སྟེ། ས་གསུམ་པ་བ་ཆོས་ཅན། རང་རྒྱུད་ཀྱི་  
 ས་གསུམ་པའི་གོགས་ཀྱི་ཐུན་པ་ཐོག་མར་བསལ་ནས་གཞན་རྒྱུད་ཀྱི་ས་གསུམ་  
 པ་སྐྱེ་བའི་གོགས་ཀྱང་བསལ་ནས་ཏེ། ས་གསུམ་པ་འོད་བྱེད་པ་བརྟེན་པའི་  
 ཕྱིར། དེ་ཆོས་ཅན། རང་གཞན་གྱི་སྐྱོན་འཛུལ་པ་ལ་ཆེས་ཚོ་བར་འཕུག་ཀྱང་  
 སྐྱོན་ལྡན་གྱི་སྐྱེ་བོ་ལ་ཁོ་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། བཟོད་པའི་མར་ཕྱིན་ལ་གོ་མས་ཤིང་  
 སྤྱིང་རྩེས་རྒྱུད་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར། སེམས་བསྐྱེད་པ་གསུམ་པ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

༥ བཞི་པ་ས་འོད་འཕྲོ་བ་ལ་གསུམ། ཡོན་ཏན་གྱི་བྱུང་པར་དང་། མིང་གི་  
 བྱུང་པར་དང་། མིང་གི་ཐ་སྙད་དེ་འཕུག་པའི་རྒྱ་མཚན་ནོ། །དང་པོ་ནི། ཡོན་  
 ཏན་ཞེས་པ་ཀྱང་པ་གཉིས་ཏེ། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་མ་  
 འདས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་བཅོམ་འགྲུས་ཀྱི་རྩེས་སུ་འགྲོ་སྟེ། དགོ་བའི་བྱ་བ་  
 ལ་སྐྱོ་བ་དང་ལྡན་པ་ཁོ་ན་ལ་ཡོན་ཏན་གསར་དུ་ཐོབ་པ་དང་། གོང་དུ་འཕེལ་བ་  
 དང་ཡངས་པར་འགྱུར་པའི་ཕྱིར། བཅོམ་འགྲུས་དེ་རང་འགྲུས་ཆོག་པ་གཉིས་ཀྱི་

རྒྱུར་ཡང་འགྲུར་ཏེ། སྤྲུལ་པའི་བསྐྱུབ་བྱའི་ཆོས་དེ་རྟགས་སུ་དགོད་དོ། །གཉིས་པ་  
ནི། བཙུན་འགྲུས་ཞེས་པ་རྒྱུར་པ་གཉིས་ཏེ། ས་བཞི་པའི་ཡེ་ཤེ་ཆོས་ཅན། ས་  
འོད་འཕྲོ་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། བཙུན་འགྲུས་ཀྱི་པར་ཕྱིན་གྱི་ཡོན་ཏན་ཡོངས་སུ་དག་  
པའི་སྒོ་ནས་བཙུན་འགྲུས་ལྷག་པར་འབར་བའི་དོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་བཞི་པ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་། སྤང་བྱ་ཟད་པའི་བྱད་པར་  
རོ། །དང་པོ་ནི། དེར་ནི་ཞེས་པའི་རྒྱུར་པ་གསུམ་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། འོད་འཕྲོ་བ་  
ཞེས་པའི་མིང་གི་ཐ་སྙད་བྱར་བྱུང་སྟེ། བྱད་ཕྱོགས་སོ་བདུན་བསྒོམས་པའི་  
སྟོབས་ཀྱིས་སྤར་ས་གསུམ་པར་བཤད་པའི་ཟངས་ཀྱི་སྤང་བ་ལས་ལྷག་པའི་ཡེ་  
ཤེས་ཀྱི་སྤང་བ་དང་བཅས་པའི་དོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་བཞི་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
གཉིས་པ་ནི། རབ་ཏུ་ཞེས་པ་རྒྱུར་པ་གཉིས་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། སྤངས་པའི་བྱད་  
པར་སྒྲ་ན་མེད་པ་དང་ལྷན་ཏེ། བདག་དང་བདག་གིར་འཛིན་པ་དང་དེ་དང་  
འབྲེལ་བའི་ཉོན་མོངས་ཀྱིས་བོན་པལ་ཆེར་བཙོམ་པའི་ཕྱིར། སེམས་བསྐྱེད་པ་  
བཞི་པ་བཤད་ཟིན་ཏོ།

ཕྱི་པ་ས་སྤང་དཀའ་བ་ལ་གཉིས། མིང་གི་བྱད་པར་དང་། ཡོན་ཏན་གྱི་  
བྱད་པར་རོ། །དང་པོ་ནི། བདག་ཉིད་ཅེས་པ་རྒྱུར་པ་གཉིས་ཏེ། ས་ལྷ་པའི་ཡེ་  
ཤེས་ཆོས་ཅན། སྤང་དཀའ་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། བྱོད་ལ་གནས་པའི་སེམས་དཔལ་དེ་  
འཛིན་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་ན་གནས་པའི་ལྷའི་བྱ་བ་དུད་ཀྱན་གྱིས་པམ་པར་  
བྱེད་མི་རུས་པའི་བྱོད་དོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་ལྷ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་

ནི། བསམ་གཏན་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་གཉིས་ཏེ། ས་ལྔ་བའི་བྱང་སེམས་ཆོས་  
 ཅན། སའི་ཡོན་ཏན་ལུན་ལུན་ཆོགས་པ་མངའ་སྟེ། བསམ་གཏན་གྱི་པར་ཕྱིན་  
 ལྷག་པར་རྫོགས་ཤིང་སྒྲོ་གྲོས་བཟང་པོ་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱི་བདེན་པ་བཞིའི་  
 གནས་ལུགས་ཤེས་པ་ཞིབ་མོས་རྟོགས་པ་ལ་ཤིན་ཏུ་མཁས་པ་ཐོབ་པའི་  
 ཕྱིར། སེམས་བསྐྱེད་པ་ལྔ་བ་ལག་ལྟར་ཟེན་ཏོ།

༥ རྒྱག་པ་ས་མངོན་དུ་གྱུར་པ་ལ་གསུམ། ཡུལ་ཅན་སའི་མིང་དོན་གྱིས་  
 མདོར་བསྟན་པ་དང་། ཡུལ་སྟོང་པ་ཉིད་གཏན་ལ་དབབ་པ་དང་། སའི་ཡོན་ཏན་  
 བརྫོང་པའི་སྒྲོ་ནས་མཐུག་བསྐྱེད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་། ཤེས་  
 ཕྱིན་གྱི་ཆེ་བ་བརྫོང་པའོ། དང་པོ་ནི། མངོན་དུ་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ། ས་རྒྱག་  
 པའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་མངོན་དུ་གྱུར་པའི་ས་ཞེས་བྱ་སྟེ། བསམ་གཏན་  
 གྱི་པར་ཕྱིན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་གཟུགས་བརྙན་དང་འབྲུ་བའི་ཆོས་  
 ཉིད་ཁོང་དུ་རྒྱུད་ཅིང་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཆོས་མངོན་དུ་གྱུར་པའི་དོན་དམ་སེམས་  
 བསྐྱེད་རྒྱག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འགོག་པའི་སྟོམས་འཕྲུག་ཐོབ་སྟེ། ཤེས་རབ་ཀྱི་  
 པར་ཕྱིན་རྫོགས་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། ཇི་ལྟར་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ། ཤེས་  
 རབ་ཀྱི་པར་ཕྱིན་ཆོས་ཅན། པར་ཕྱིན་གཞན་ལས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་ཏེ། མིག་ལྟན་  
 གྱི་སྟེས་བྱས་དམིགས་བྱ་བྱས་ཏེ། ལོང་བའི་ཆོགས་གོང་ཁྱོད་དུ་བགོད་པ་  
 ལྟར། པར་ཕྱིན་གཞན་རྣམས་ཁྱོད་ཀྱིས་དམིགས་བྱ་བྱས་ཏེ་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་སར་  
 བགོད་དགོས་ཀྱི། ཁྱོད་ཀྱི་དམིགས་བྱ་དང་བྲལ་ན་བགོད་མི་རུས་པའི་ཕྱིར།

པར་སྤྱན་གཞན་གྱི་དམིགས་བྱ་བྱེད་པར་ཐལ། ཡང་དག་པའི་ལམ་དང་ལམ་མ་  
ཡིན་པའི་དེ་ཁོན་ཉིད་མཛོང་བས་བྱེད་པར་དུ་བྱས་པའི་པར་སྤྱན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ལ་གསུམ། གང་ལ་བརྟེན་ནས་བཤད་པ་དང་། གདུལ་བྱ་  
གང་ལ་བཤད་པ་དང་། ཆོས་གང་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཇི་སྒྲར་ཞེས་པ་རྒྱུ་རྒྱུ་  
བ་བཞི་སྟེ། སློབ་དཔོན་རྒྱ་བྲགས་ཆོས་ཅན། བྱོད་ཀྱིས་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་གནས་  
ལུགས་གཞན་ལ་ལྟོས་མེད་དུ་རང་དབང་དུ་སྤྱན་ཅི་མ་ལོག་པར་འཆད་མི་རུས་  
ཀྱང་། སློབ་དཔོན་གཞན་ལ་ལྟོས་ནས་འཆད་རུས་ཏེ། ས་དུག་པ་ལ་གནས་པའི་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེས་ཆོས་ཟབ་པའི་ཆོས་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་དེ་ཉིད་མཛོད་སྤྱི་  
དུ་རྟོགས་པ་དེ་ལྟར་སློབ་དཔོན་སྤྱུ་སྤྱུ་གྱིས་ངེས་དོན་གྱི་ལུང་དང་རིགས་པ་ཡང་  
དག་གིས་རྒྱས་པར་གཏན་ལ་ཐབ་པའི་གཞུང་དང་མན་ངག་གི་ཇེས་སུ་འབྱེད་ས་  
ནས་བྱོད་ཀྱིས་སྤྱན་ཅི་མ་ལོག་པར་འཆད་རུས་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ལ་གསུམ།  
སྟོད་བརྟགས་པ་དང་། སྟོད་རུང་གི་དུལ་བྱ་ལ་སྟོད་ཉིད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཀྱན་འབྱུང་  
བ་དང་། དེ་ལ་ཉན་པར་གདམས་པའོ། །དང་པོ་ནི། སོ་སའི་ཞེས་པ་རྒྱུ་རྒྱུ་  
བ་དུན་ཏེ། སྟོང་བ་ཉིད་སྤྱན་ཅི་མ་ལོག་པའི་གཏན་ཐོས་པ་ཅམ་གྱིས་ནང་དུ་དགའ་  
བ་ལུལ་དུ་སྤྱན་པ་འབྱུང་ཞིང་དེའི་དབང་གིས་མིག་ནས་མཆི་མ་འཛོག་པ་དང་།  
ལུས་ཀྱི་བ་སྤྱུ་ལྟར་པའི་ལུས་ཀྱི་ཐ་སྟོང་བྱེད་པར་ཅན་དང་ལྷན་པའི་ཆོག་ལམ་པ་  
དབང་པོ་ལོན་ཏེ་རྟོན་པོ་དེ་ཆོས་ཅན། བྱོད་ལ་དོན་དམ་བདན་པ་བསྟན་པར་འོས་  
ཏེ། དེ་བསྟན་པའི་སྟོད་དུ་གྱུར་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་བསྟན་པའི་སྟོད་

རུང་གི་ཚེས་ཐར་པ་ཆ་མཐུན་གྱི་དགོ་ཅ་ཁྱད་པར་ཅན་རྒྱུད་ལ་ལྷན་པའི་སྤྱིས་བྱ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། དེ་ལ་ཞེས་པ་རྒྱུད་པ་དུག་ཏེ། དེ་ཚེས་ཅན། ཁྱོད་  
 ལ་སྤྱོད་ཉིད་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་གོ་བའི་རྗེས་སུ་འགོ་བའི་ཡོན་ཏན་ཀུན་འབྱུང་  
 སྟེ། སྤྱོད་ཉིད་ཀྱི་གཏམ་ཉན་པའི་ཕྱིར་དུ་ལུས་རྟེན་ཁྱད་པར་ཅན་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་  
 ཚུལ་གྲིམས་ཡང་དག་པར་ལེན་པ་དང་། དེའི་ཚེ་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱིས་མི་འཐོངས་  
 པའི་ཕྱིར་སྤྱིན་པ་གཏོང་བ་དང་། སྤྱོད་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་བ་སྤྱོད་རྗེས་ཟིན་པས་སངས་  
 རྒྱས་འཐོབ་དགོས་པར་མཐོང་ནས་སྤྱོད་རྗེས་སྤྱོད་པ་དང་། དགོ་བའི་བཤེས་  
 གཉེན་མཉེས་པའི་ཕྱིར་དུ་བཟོད་པ་བསྐྱོམ་པ་དང་། བྱང་རྒྱལ་མ་ཐོབ་པར་དུ་དགོ་  
 ཅ་རྒྱུན་མི་ཆད་པའི་ཕྱིར་རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱལ་དུ་བསྐྱོ་བས་རྒྱས་འདེབས་པ་  
 དང་། རྟེན་འབྱུང་གི་དེ་ཉིད་ཟབ་མོ་སྤྱོད་པའི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་  
 གུས་པ་ཁྱད་པར་ཅན་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི། ཟབ་ཅིང་ཞེས་པ་རྒྱུད་པ་  
 གསུམ་སྟེ། དེ་ཚེས་ཅན། སྤྱོད་པ་རྟེན་འབྱུང་གི་དོན་དུ་འཆར་པའི་ལམ་འདི་  
 མཉན་པར་འོས་ཏེ། རྟེན་འབྱུང་རང་བཞིན་མཐའ་དག་གིས་སྤྱོད་པའི་ཟབ་མོ་དང་  
 དེ་གོ་བའི་སྤྱོད་པ་ཀྱིས་དངས་པའི་སྤྱིན་སོགས་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཚུལ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་  
 ལ་མཁུལ་པར་བྱས་ཏེ་གོམས་པས་ས་དང་པོ་ཐོབ་ལུས་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་ལ་གཉིས། བདག་མེད་གཉིས་རྒྱས་པར་བཤད་པ་དང་།  
 སྤྱོད་ཉིད་བཅུ་དྲུག་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ཚེས་ཀྱི་བདག་མེད་བཤད་  
 པ་དང་། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། མཐའ་

བཞིའི་སྐྱེ་བ་བཀག་པའི་དམ་བཅའ་བསྟན་པ་དང་། དེ་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པ་  
 བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ཉིད་ཅེས་པ་རྒྱང་པ་གཉིས་ཏེ། ཕྱི་ནང་གི་དངོས་པོ་  
 རྣམས་ཆོས་ཅན། བདག་ལས་སྐྱེ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། བདག་ལས་སྐྱེ་ན་སྦྲར་ཡང་སྐྱེ་བ་  
 དོན་མེད་པ་དང་། སྐྱེ་བ་ཐུག་པ་མེད་པར་ཐལ་བའི་གནོད་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར།  
 གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། གཞན་ལས་སྐྱེ་ན་རྒྱ་འབྲས་འཆོལ་བར་ཐལ་བའི་  
 ཕྱིར། གཉིས་ཀ་ལས་སྐྱེ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡ་གྲུལ་སོ་སོ་ལས་སྐྱེ་བ་མི་འགྲུབ་པའི་  
 ཕྱིར། རྒྱ་མེད་ལས་སྐྱེ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡུལ་དུས་རེ་འགའ་སྐྱེ་བར་དམིགས་པའི་  
 ཕྱིར། གཉིས་པ་ལ་བཞི། རིགས་པ་རྒྱས་པར་བསྟན་པ་དང་། དེས་ན་རང་  
 བཞིན་གྱིས་དཔེན་པར་བསྟན་པ་དང་། ཀུན་རྫོབ་པའི་སྐྱེ་བ་ཉན་འབྲེལ་དུ་བསྟན་  
 པ་དང་། རིགས་པས་རྣམ་པར་དབྱུད་པའི་དགོས་པ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་  
 བཞི་ལས། དང་པོ་བདག་སྐྱེ་དགག་པ་ལ་གཉིས། དེ་འགོག་པའི་རིགས་པ་རྒྱས་  
 པར་བསྟན་པ་དང་། བདག་སྐྱེ་ཁས་སྒྲངས་ན་བྱ་བྱེད་ཐམས་ཅད་འཆོལ་བར་ཐལ་  
 བའི་ཉེས་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། བདག་སྐྱེ་བདེན་པ་གཉིས་ཆར་དུ་དགག་པ་  
 དང་། བཀག་པའི་མཐུག་བསྐྱབ་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། དེ་ཁོན་ཉིད་དུ་གྲུབ་པ་  
 དགག་པ་དང་། ཐ་སྙད་དུ་གྲུབ་པ་དགག་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། སྐྱེ་བ་དོན་  
 མེད་དུ་ཐལ་བ་དང་། ཐུག་མེད་དུ་ཐལ་བའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ནི་ཞེས་པ་རྒྱང་པ་  
 གཉིས་ཏེ། ལྷ་གྲུ་ཆོས་ཅན། སྦྲར་ཡང་ས་བོན་གྱི་སྦྲད་ཅིག་གཉིས་པའི་དུས་སུ་  
 སྐྱེ་བའི་འབྲས་བུའི་ཡོན་ཏན་འགའ་ཡང་མེད་པར་ཐལ། ས་བོན་གྱི་དུས་ནས་

ཁྱོད་ཆེམས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ས་བོན་གྱི་བདག་ཉིད་དུ་བྱུང་ཟིན་པའི་ཕྱིར། བདག་  
 སྐྱེ་གཞན་སྐྱེ་ཁས་ལེན་པ་ཀུན་གྱིས་འབྲས་བུའི་སྐྱེ་དུས་རྒྱུའི་རྗེས་སུ་འདོད་པ་ལ་  
 འདྲའོ། །གཉིས་པ་ལ་གསུམ། སྐད་ཅིག་དང་པོའི་དུས་སུ་ཆེམས་ཐམས་ཅད་  
 ཀྱིས་སྐྱེས་ཟིན་པ་སྤྲེལ་ཡང་སྐད་ཅིག་གཉིས་པའི་དུས་སུ་སྐྱེ་མི་རིགས་པའི་དམ་  
 བཅའ་དང་། དེ་སྐྱབ་པའི་རིགས་པ་དང་། གཞན་གྱི་སྐོན་སྦྱོར་དགག་པའོ། །  
 དང་པོ་ནི། སྐྱེས་པར་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་གཅིག་སྟེ། ས་བོན་གྱི་བདག་ཉིད་ཆོས་  
 ཅན། སྤྲེལ་ཡང་ཁྱོད་རང་གི་སྐད་ཅིག་གཉིས་པའི་དུས་སུ་སྐྱེ་བ་མི་རིགས་པར་  
 ཐལ། ཁྱོད་རང་གི་སྐད་ཅིག་དང་པོའི་དུས་ན་ཆེམས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རྫོགས་པར་  
 སྐྱེས་ཟིན་པའི་ཕྱིར། འདི་ནི་སྐྱེ་བ་དོན་མེད་དུ་ཐལ་པའི་ཐལ་འབྱུར་གྱི་བྱུང་བ་དེ་  
 ཉིད་དམ་བཅར་བྱས་ནས་བྱུང་བ་དེ་མ་བྱུང་པར་རྫོགས་ན། གནོད་པ་ཅན་གྱི་ཆོད་  
 མ་བསྐྱར་པའི་ཆེད་དུ་འཆད་པར་འབྱུར་པའི་ཐུག་མེད་གྱི་ཐལ་བ་འཕེན་པ་ཡིན་  
 བོ། །གཉིས་པ་ནི། སྐྱེས་ཟིན་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་གསུམ་སྟེ། རྒྱུ་པ་གསུམ་པ་ཡང་  
 སྤངས་ནས། ཉས་ཀྱིས་བོན་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་རྒྱུར་ཉམས་པ་ཅམ་ཡང་མེད་པར་  
 འཁོར་བ་མ་སྦྱངས་པར་དུ་རིགས་འདྲ་བར་མ་ཆད་དུ་སྐྱེ་བར་ཐལ། ཁྱོད་བདག་  
 ལས་སྐྱེ་བ་གང་ནས་ཞིག །དེ་ལྟ་ན་སྐད་ཅིག་གཉིས་པའི་དུས་སུ་ཡང་ཁྱོད་རང་  
 རྫོགས་པར་སྐྱེ་བའི་དངོས་རྒྱ་སྐད་ཅིག་དང་པོའི་དུས་སུ་ཆོང་བ་དང་། ཡང་སྐད་  
 ཅིག་གསུམ་པའི་དུས་སུ་རྫོགས་པར་སྐྱེ་བའི་དངོས་རྒྱ་སྐད་ཅིག་གཉིས་པའི་དུས་  
 སུ་ཆོང་བ་སོགས་ཀྱི་ཉེས་པར་འབྱུར་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཁྱོད་ལས་ནས་ཀྱི་ཐུ་





པ་གཉིས་ཏེ། བཤམ་བྱ་ཚེས་ཅན། བདག་སྐྱེ་ཐ་སྙད་དུ་ཡང་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དེ་  
གྲུབ་ན་ས་སྐྱུག་གཅིག་ཏུ་གྲུབ་མཐས་སྒོ་མ་བསྐྱར་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་གྲུབ་དགོས་  
པ་ལས་དེ་རྣམས་ཀྱིས་ས་སྐྱུག་གཅིག་ཏུ་ཁས་ཀྱང་མ་སྒྲུངས་ཚད་མས་ཀྱང་མ་  
གྲུབ་པའི་ཕྱིར། གཅིག་ཏུ་ཚད་མས་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། ས་བོན་ཞིག་པའི་རྗེས་སུ་  
སྐྱུ་གུ་འབྱུང་བ་འཛིག་རྟེན་པའི་མངོན་སུམ་ཚད་མས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་  
ནི། དེ་ཕྱིར་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཚེས་ཅན། བདག་སྐྱེ་ཐ་སྙད་དང་དོན་  
དམ་གཉིས་ཆར་དུ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དེ་གྲུབ་པ་ལ་རི་སྐྱེད་ལག་པའི་རིགས་  
པས་གཞོད་ཅིང་། སྒོ་བ་དཔོན་འཕགས་པས་དགག་བྱ་ལ་དོན་དམ་གྱི་ཁྱད་པར་  
མ་སྐྱར་བར། བདག་ལས་མ་ཡིན་ཞེས་སྤྱིར་སྒོ་སྤྱོད་པ་དགོས་པ་དང་བཅས་པའི་  
ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། བདག་ལས་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ། བཤམ་བྱ་ཚེས་ཅན།  
ལས་བྱ་བྱེད་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་ཐལ། དངོས་པོ་རྣམས་བདག་ལས་སྐྱེ་བའི་  
ཕྱིར། བདག་ལས་སྐྱེ་བ་ཁས་སྒྲུངས་དུ་མི་རུང་བར་ཐལ། བདག་སྐྱེ་ཁས་སྒྲུངས་  
པ་ལ་ཉེས་པ་མཐའ་ཡས་པར་འབྱུར་བའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྒྱ་འབྲས་རང་  
བཞིན་གཅིག་ཏུ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་གཞན་སྐྱེ་དགག་པ་ལ་གཉིས། སྤྱིར་དགག་པ་དང་། རྣམ་  
རིག་པའི་འདོད་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་དགག་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། བདེན་པ་གཉིས་  
ཆར་དུ་གྲུབ་པ་དགག་པ་དང་། བགག་པ་ལ་མི་འཐད་པ་སྤྱོད་པའོ། །དང་པོ་ལ་  
གཉིས། གཞན་སྐྱེ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་གྲུབ་པ་དགག་པ་དང་། ཐ་སྙད་དུ་གྲུབ་པ་

དགག་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། རྒྱ་འབྲས་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་གཞན་ཡིན་པ་ལ་  
 གཞོད་པ་བསྟན་པ་དང་། དེ་ལྟར་མིན་པའི་རིགས་པ་བསྟན་པ་དང་། མཐའ་  
 བཞིར་བརྟགས་ནས་དེ་དག་དགག་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ཉ་ཅང་ཐལ་བས་  
 དགག་པ་དང་། རྒྱ་འབྲས་སོ་སོར་ངེས་པ་ཉམས་པར་ཐལ་བས་དགག་པའོ། །  
 དང་པོ་ནི། གཞན་ལ་ཞེས་པ་རྐང་པ་གཉིས་ཏེ། ས་ལུའི་སྤྱ་གྲུ་ཆོས་ཅན། ས་  
 ལུའི་ས་བོན་ལས་མི་སྦྲེ་བར་ཐལ། དེ་ལས་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་གཞན་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། རྒྱབ་པ་ལ་བརྒྱུག་ན་གཞོད་པ་ཅི་ཡོད་སྟུང་ན། མེ་ལྷེ་ལས་ཀྱང་ཐུན་པ་  
 འཐུག་སོ་སྦྲེ་བར་ཐལ། དེ་གཉིས་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་གཞན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་རྒྱ་  
 མཚན་མཚུངས་པའི་མགོ་བསྐྱེའོ། །གཉིས་པ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་། རྒྱ་  
 འབྲས་སོ་སོར་ངེས་པ་མི་ཉམས་པའི་ལན་དགག་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཐམས་ཅད་  
 ཅེས་པ་རྐང་པ་གཉིས་ཏེ། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། རྒྱ་ཀུན་ལས་རང་གི་འབྲས་བྱ་ཡིན་  
 མིན་ཀུན་སྦྲེ་བར་ཐལ། རྒྱ་འབྲས་སུ་འདོད་པའི་ས་སྤྱ་ག་དང་། མི་འདོད་པའི་མེ་  
 ལྷེ་དང་ཐུན་པ་སོགས་ཀྱང་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་གཞན་དུ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། གཉིས་  
 པ་ལ་གཉིས། ཚུད་པ་དང་། དེ་སྦྱབ་བྱེད་ཀྱི་བྱུང་པར་བསྦྱབ་བྱུང་པ་མཚུངས་  
 པས་དགག་པའོ། །དང་པོ་ནི། རབ་རྩ་ཞེས་པ་རྐང་པ་བཞི་སྟེ། ཀུན་ལས་ཀུན་སྦྲེ་  
 བ་མ་ཡིན་ཏེ། ངེས་པ་མཐོང་བའི་ཕྱིར། འདི་ལྟར་རང་བཞིན་གཞན་དུ་མཚུངས་  
 ཀྱང་ས་སྤྱ་གཞན་སྤྱ་རིགས་གཅིག་པ་དང་། རྒྱུད་གཅིག་ཏུ་གཏོགས་པ་དང་། བན་  
 འདོགས་རྩས་པ་སོགས་རྒྱ་འབྲས་ཡིན་གྱི། དེ་དག་མ་ཚང་བའི་སྤང་ཐུན་སོགས་

མ་ཡིན་ལོ་ཞེས། གཉིས་པ་ནི། ཇི་ལྟར་ཞེས་པ་རྒྱུ་ལ་བཞི་སྟེ། ས་ལུའི་ས་བོན་  
 ཆོས་ཅན། ཉས་ཀྱིས་བོན་སོགས་བཞིན་དུ་ས་ལུའི་སྤྱ་གུ་དང་རིགས་གཅིག་དང་  
 རྒྱུད་གཅིག་ཏུ་གཏོགས་པ་དང་ཕན་འདོགས་ཉུས་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་ངོ་  
 བོ་ཉིད་ཀྱིས་གཞན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ལ་གཉིས། རིགས་པ་དངོས་  
 དང་། རྒྱུ་འབྲས་དུས་མཉམ་གྱི་དབེ་དགག་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྤྱ་གུ་ཞེས་པ་  
 རྒྱུ་ལ་བཞི་སྟེ། སྤྱ་གུ་ཆོས་ཅན། རྟོད་རྟོད་རང་གི་རྒྱུ་ས་བོན་རྣམ་པར་མ་འབྱུར་  
 བའི་དུས་ན་མེད་པར་ཐལ། རྟོད་དེ་དང་དུས་མཉམ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་  
 ན། ས་བོན་ཆོས་ཅན། རྟོད་སྤྱ་གུ་དང་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་གཞན་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 དེ་ཡིན་ན་འདོད་ཀྱི་དུས་ནས་སྤྱ་གུ་ཡོད་དགོས་པ་ལ་འདོད་ཀྱི་དུས་ན་གཞན་པ་སྤྱ་གུ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། རྟོད་ལས་དེ་སྐྱེ་བ་གཞན་སྐྱེ་ཡིན་པ་ཉམས་སོ། །  
 གཉིས་པ་ལ་གཉིས། སྤང་མདའི་མཐོང་མན་གྱི་དབེ་དོན་མི་མཚུངས་པ་དང་།  
 མིག་སོགས་ཀྱི་དབེ་མི་འཐད་པའོ། །དང་པོ་ལ་རྩོད་བ་དགོད་པ་ནི། ཇི་ལྟར་ཞེས་  
 པ་རྒྱུ་ལ་བཞི་སྟེ། སྤང་མདའི་མཐོང་མན་དུས་མཉམ་པ་བཞིན་དུ་ས་བོན་  
 འགག་པ་དང་སྤྱ་གུ་སྐྱེ་བ་དུས་མཉམ་པས་ས་སྤྱ་གུ་ཀྱང་དུས་མཉམ་ལ། དེས་ན་  
 རང་བཞིན་གཞན་ཡང་ཡིན་ལོ་ཞེས། ལན་ནི། གལ་ཏེ་ཞེས་པ་རྒྱུ་ལ་བཞི་སྟེ།  
 ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། སྤང་མདའི་མཐོང་མན་ས་སྤྱ་གུ་དུས་མཉམ་པའི་དབེ་མི་  
 རུང་བར་ཐལ། སྤང་མདའི་མཐོང་མན་ལ་དུས་གཅིག་པ་ཡོད་ཀྱང་ས་སྤྱ་གུ་དེར་  
 མི་རུང་བའི་ཕྱིར། མི་རུང་བར་ཐལ། སྤྱ་གུ་སྐྱེ་བཞིན་པ་དེ་སྐྱེ་བ་ལ་མངོན་དུ་

རྩོགས་པའི་མ་འོངས་པ་ཡིན་ལ། ས་བོན་འགག་བཞིན་བ་དེ་འགགས་པ་ལ་  
 མཛོན་དུ་རྩོགས་པའི་ད་ལྷ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ས་སྤྱག་དུས་མི་མཉམ་ཡང་སྤྱ་གྲུ་  
 སྤྱི་བའི་བྱ་བ་དང་། ས་བོན་འགག་པའི་བྱ་བ་དུས་མཉམ་མོ་ཞེན། སྤྱ་གྲུའི་སྤྱི་བ་  
 ཚོས་ཅན། བྱེད་པ་སྤྱི་བ་པོ་སྤྱ་གྲུ་དང་དུས་མཉམ་དུ་ཐལ། བྱེད་དང་དེ་  
 གཉིས་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་གྲུབ་པའི་རྟེན་བརྟེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྤྱ་གྲུ་སྤྱི་  
 བ་ལ་མཛོན་དུ་རྩོགས་པའི་ཚོ་བྱེད་མེད་པར་ཐལ། བྱེད་པོ་སྤྱ་གྲུ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 གཉིས་པ་ནི། གལ་ཏེ་ཞེས་པ་རྒྱུ་བ་བཞི་སྟེ། མིག་ཤེས་དེ་རང་གི་ལྷན་ཅིག་  
 འབྱུང་རྒྱ་མིག་སོགས་དང་། མཚུངས་ལྷན་གྱི་རྒྱ་ཀྱན་འགྲོ་ལྷ་དང་དུས་མཉམ་  
 པའི་རྒྱ་འབྲས་ཡིན་པས་གཞན་སྤྱིར་རུང་ངོ་ཞེན། མིག་ཤེས་ཚོས་ཅན། དེ་དག་  
 བྱེད་སྤྱིར་བྱེད་དུ་དགོས་པ་མེད་པར་ཐལ། དེ་དག་གི་དུས་ན་བྱེད་སྤྱིར་ཟེན་པའི་  
 ཕྱིར། དེ་མ་གྲུབ་ན། དེ་དག་དང་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་གཞན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
 དག་གི་དུས་ན་མེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བཤད་ཟེན་ཏོ། །གསུམ་པ་ལ་མཐའ་བཞིར་  
 བརྟགས་པ་དང་། བརྟགས་ནས་དགག་པ་གཉིས། བྱེད་པར་ཞེས་པ་རྒྱུ་བ་  
 གཉིས་གཉིས་ཏེ། རྒྱ་འབྲས་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་གཞན་པའི་འབྲས་བུ་བྱེད་ན་མཐའ་  
 བཞིས་བསྐྱས་པ་གང་བསྐྱེད། བཞི་ཀ་ལྟར་ཡང་མི་འཐད་དོ། །ས་བོན་ཚོས་  
 ཅན། བྱེད་གྱིས་སྤྱ་གྲུ་བྱེད་གྱི་དུས་ན་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེ་བྱེད་པ་དགོས་པ་རུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པའི་ཕྱིར། རྒྱ་དུས་ན་མེད་པ་རང་  
 བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་བྱེད་དོ་ཞེན། དེ་ཚོས་ཅན། སྤྱ་གྲུ་མི་སྲིད་པར་ཐལ། སྤྱ་གྲུ་

ཁྱོད་ཀྱི་དུས་ན་མེད་པ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་གང་ཞིག །རང་བཞིན་དུས་ནས་  
ཡང་འགྱུར་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ལྷ་གྲུ་སྐྱེད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ལྷ་  
གྲུ་རི་བོང་རྩ་ལྷར་མེད་པའི་ཕྱིར། ལྷ་གྲུ་ཡོད་མེད་གཉིས་ཀའང་མི་སྐྱེད་དེ། ལྷ་  
གྲུ་ཡོད་མེད་གཉིས་ཀར་འགྱུར་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར། ཡོད་མེད་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པ་  
རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའང་མི་སྐྱེད་དེ། ཡོད་མེད་གཉིས་ཀ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་  
གྲུབ་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་གཞན་སྐྱེ་ཐ་སྐྱེད་དུ་གྲུབ་པ་དགག་པ་ལ། ཚྱོད་པ་དང་ལན་  
ནོ། །དང་པོ་ནི། གང་གིས་ཞེས་པ་རྒྱུ་བ་བཞི་སྟེ། གཞན་སྐྱེ་འགོག་པའི་ཕྱིར་  
དུ་དོན་དམ་དཔྱེད་པའི་རིགས་པ་བརྗོད་པ་དོན་མེད་པར་ཐལ། དེ་བཀག་པ་ལ་  
འཛིག་རྟེན་པའི་ཚད་མས་གཞོད་པའི་ཕྱིར། གཞན་སྐྱེ་སྐྱུ་བ་པ་ལ་ཡང་དོན་དམ་  
དཔྱེད་པའི་རིགས་པ་དགོས་པ་མེད་པར་ཐལ། དེ་འཛིག་རྟེན་པའི་མངོན་སུམ་  
ཚད་མས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། གཉིས་པ་ལན་ལ་གཉིས། འཛིག་རྟེན་གྱི་གཞོད་  
པའི་ཡུལ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་བདེན་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་བསྟན་པ་དང་། གཞན་སྐྱེ་  
དགག་པ་ལ་འཛིག་རྟེན་གྱིས་མི་གཞོད་པའི་རྒྱ་མཚན་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་  
གཉིས། རྣམ་གཞག་སྐྱིར་བསྟན་པ་དང་། སོ་སོར་ལཔད་པའོ། །དང་པོ་ལ་  
གསུམ། བདེན་གཉིས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དང་། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པའི་དབྱེ་བ་དང་།  
གཞན་སྐྱེ་བཀག་པ་ལ་འཛིག་རྟེན་གྱིས་མི་གཞོད་པའི་དཔའོ། །དང་པོ་ནི། དངོས་  
ཀུན་ཞེས་པ་རྒྱུ་བ་བཞི་སྟེ། བཤམ་བྱ་ཆོས་ཅན། ཕྱི་ནང་གི་དངོས་པོ་འདི་རྣམས་

ལ་ངོ་བོ་གཉིས་གཉིས་ཡོད་དེ། ཡུལ་ཡང་དག་པ་མཐོང་བས་རྟེན་པའི་རང་  
 བཞིན་གྱིས་སྟོང་བ་དང་། བྱིན་ཅི་ལོག་མཐོང་བས་རྟེན་པའི་ས་མཁུག་སོགས་བྱ་བ་  
 བྱེད་རུས་གཉིས་སུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་ཆོས་ཅན། བདེན་བ་གཉིས་སུ་ཡོད་  
 དེ། ཡང་དག་པ་མཐོང་བ་འཕགས་པའི་མཉམ་གཞག་གིས་རྟེན་པའི་དོན་དེ་དོན་  
 དམ་བདེན་བ་དང་། མཐོང་བ་འབྱུང་བ་མ་སྟོང་པའི་ཆད་མས་རྟེན་པའི་དོན་  
 དེ། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་བ་ལ་གསུམ། ཡུལ་ཅན་ལ་ཡང་  
 ལོག་ཏུ་དབྱེ་བ་དང་། ཡུལ་ལ་ཡང་ལོག་ཏུ་དབྱེ་བ་དང་། མ་སྟོང་དུ་ཡང་ཡོད་མི་  
 སྟོང་པའི་ལོག་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་དབེ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། མཐོང་བ་ཞེས་པ་  
 ཀྱང་བ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཡུལ་ཅན་ལ་ཡང་ལོག་གཉིས་སུ་ཡོད་དེ། རབ་  
 རིབ་སོགས་ཀྱི་གནོད་པ་དང་བྲལ་བའི་དབང་ཤེས་སོགས་འཇིག་རྟེན་པའི་སློལ་  
 ལྟོས་ཏེ་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་དང་། གནོད་བཅས་ཀྱི་ཤེས་བ་རྣམས་བྱིན་ཅི་ལོག་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། གཉིས་བ་ནི། གནོད་པ་མེད་ཅེས་བ་རྟེན་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན།  
 ཡུལ་ལ་ལྟོས་ཏེ་ཡང་ལོག་གཉིས་སུ་ཡོད་དེ། གནོད་པ་མེད་པའི་དབང་པོ་དུག་  
 གི་གཟུང་ཡུལ་འཇིག་རྟེན་པའི་སློལ་ལྟོས་ཏེ་ཡང་དག་ཀུན་རྫོབ་དང་། གནོད་  
 བཅས་ཀྱི་དབང་པོའི་བཟུང་ཡུལ་ལོག་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གསུམ་བ་  
 ནི། མི་ཤེས་ཞེས་བ་རྟེན་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། མུ་སྟེགས་རྣམས་ཀྱིས་  
 བཏགས་པའི་གང་ཟག་གི་བདག་དང་སྐྱུ་མའི་སྐྱུ་ལ་གཞི་རྒྱུང་རང་མཚན་བར་མ་  
 སྟོང་དུ་ཡང་མ་བྱུང་སྟེ། དེ་དག་ལ་ཆད་མས་གནོད་པའི་ཕྱིར། གསུམ་བ་ནི།

མིག་ནི་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། རབ་རིབ་ཅན་གྱི་མཐོང་བས་རབ་  
རིབ་མེད་པའི་ཤེས་པས་མཐོང་བ་ལ་མི་གཞོད་པ་ལྟར། གཞན་སྟེ་བཀག་པ་ལ་  
འཛིག་རྟེན་པའི་སྒྲོས་མི་གཞོད་པར་ཐལ། གཞན་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་མ་གྲུབ་  
པར་འཕགས་པའི་མཉམ་གཞག་གིས་གཞིགས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ངོས་བཟུང་བ་དང་། རོན་དམ་  
པའི་བདེན་པ་དབའི་སྒྲོ་ནས་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། གཏི་ལུག་ཅེས་པ་རྒྱུ་པ་  
བཞི་སྟེ། གནས་ལུགས་མཐོང་བ་ལ་སྒྲིབ་པར་བྱེད་པའི་སྒྲོ་ཀུན་རྫོབ་པ་ཉོན་  
མོངས་ཅན་གྱི་མ་རིག་པ་ལ་བདེན་པར་སྒྲུང་ཞིང་དེས་བདེན་པར་ཞེན་པའི་  
གཟུགས་སྒྲུ་ལ་སོགས་པ་ཆོས་ཅན། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་ཏེ། ཐ་སྙད་པའི་  
ཆོད་མས་རྟེན་པའི་རོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉན་རང་དབང་བཅོམ་པ་དང་དབང་ཐོབ་  
པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་རྗེས་ཐོབ་ཀྱི་ངོར་ཀུན་རྫོབ་ཙམ་ཡིན་གྱི་  
བདེན་པར་གྲུབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གིས་ཐ་སྙད་ཙམ་དུ་གཟིགས་ཀྱི་དེ་དག་གི་  
རྒྱུད་ལ་བདེན་འཛིན་མེད་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། རབ་རིབ་ཅེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་  
སྟེ། ལྷ་གུ་རང་བཞིན་མེད་པ་ཆོས་ཅན། རོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ཡིན་ཏེ། མིག་  
དག་པས་སྒྲུབ་དང་ཀྱི་སྒྲུང་བ་དང་བལ་བའི་སྒྲོ་ནས་སྒྲུབ་དང་ཀྱིས་དབེན་པ་མཐོང་བ་  
བཞིན་དུ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྒྲུང་བ་མཐའ་དག་ལོག་པའི་ཆུལ་གྱིས་འཕགས་པའི་  
མཉམ་གཞག་གིས་གཞིགས་པའི་རོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་གཞན་སྟེ་དགག་པ་ལ་འཛིག་རྟེན་གྱིས་མི་གཞོད་པའི་རྒྱ་མཚན་



བསྟན་པ་ལ་གསུམ། དངོས་དང་། གཞན་སྐྱེ་འཇིག་རྟེན་པས་ཀྱང་མ་གྲུབ་པར་  
 བསྟན་པ་དང་། རྟེན་འབྲེལ་རྟག་ཆད་མེད་པར་གྲུབ་པའི་ཡོན་ཏན་བསྟན་པ་ལོ། །  
 དང་པོ་ལ་གསུམ། འཇིག་རྟེན་པའི་ཤེས་པས་བདེན་པའི་སྒྲོས་པ་འགོག་ཅུས་ན་  
 ཉ་ཅང་ཐལ་བ་དང་། ཚད་མ་གཞན་གྱིས་བདེན་པའི་སྒྲོས་པ་བཀག་པ་ལ་ཡང་མི་  
 གཞོད་པར་བསྟན་པ། འཇིག་རྟེན་པའི་ཤེས་པས་གཞོད་པའི་ཡུལ་ངོས་བཟུང་  
 བལོ། །དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་ཞེས་པ་རྒྱུ་ལ་བཞུགས་ཤིང་། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། འཇིག་  
 རྟེན་ཐ་མལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཛོད་སུམ་དུ་རྟོགས་པར་ཐལ། འཇིག་  
 རྟེན་ཐ་མལ་པའི་དབང་པོའི་ཤེས་པ་གཞན་བདེན་པ་བཀག་པ་ལ་གཞོད་བྱེད་དང་།  
 གཞན་བདེན་པ་སྒྲུབ་བྱེད་གྱི་ཆད་མར་རིགས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། འཕགས་  
 ལས་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཚུལ་ཁྲིམས་བསྟུང་བ་སོགས་དགོས་པ་མེད་པར་  
 ཐལ། འདོད་པ་དེའི་ཕྱིར། དེས་ན་འཇིག་རྟེན་ཐ་མལ་པའི་དབང་པོས་དེ་ཁོ་ན་  
 ཉིད་རྟོགས་པའི་ཆད་མར་མི་རིགས་པར་ཐལ། དེ་ལ་ཉ་ཅང་ཐལ་བའི་སྒྲོན་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། རྣམ་ཀུན་ཞེས་པ་རྒྱུ་ལ་བཞུགས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན།  
 གཞན་སྐྱེ་བཀག་པ་ལ་འཇིག་རྟེན་པའི་ཤེས་པས་མི་གཞོད་པར་ཐལ། འཇིག་རྟེན་  
 པའི་སྒྲོ་རང་ག་བ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་གཞོད་སྒྲུབ་གང་དུ་ཡང་མི་རུང་བའི་ཕྱིར།  
 གསུམ་པ་ནི། འཇིག་རྟེན་ཞེས་པ་རྒྱུ་ལ་བཞུགས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། ལུས་པ་མེད་  
 དོ་ཞེས་འགོག་པར་བྱེད་ན་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཆད་མས་གཞོད་དེ། ལུས་པ་ཡོད་པར་  
 འཇིག་རྟེན་པའི་ཆད་མ་ལ་གྲགས་ཤིང་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། གང་ཕྱིར་

ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཉེར་ལོན་དང་ཉེར་ལོན་ཅན་དེ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་  
གཞན་དུ་འཛིག་ཏེན་པ་ལ་ཡང་གྲགས་པ་མེད་དེ། བྱེད་ས་བོན་ཅན་བཏུབ་ནས་  
ཕྱིས་ཀྱི་བྱེད་ལ་དམིགས་ནས་འདི་ངས་བསྐྱེད་ཅེས་པ་དང་། ཡིད་གིས་བོན་ཅན་  
བཏུབ་ནས་ཕྱིས་ཀྱི་སྤྲོད་པོ་ལ་དམིགས་ཏེ་འདི་ངས་བཙུགས་སོ་ཞེས་སྟོན་པའི་  
ཕྱིར། གསུམ་པ་ལ་བཞི། དེས་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ངེས་པར་  
ཁས་སྤྲོད་དགོས་པ་དང་། ཐ་སྙད་འཛིག་པའི་ཆེ་རང་བཞིན་ཡོད་མེད་དབྱུང་ནས་  
བཞག་ཏུ་མི་རུང་བ་དང་། རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱེ་བ་ཐ་སྙད་དུ་ཡང་མི་སྲིད་  
པའོ། །དང་བོ་ནི། གང་ཕྱིར་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ། ས་བོན་ཆོས་ཅན། ཟུ་གུ་  
སྐྱེས་པའི་ཆེ་བྱོད་རྒྱན་ཆད་པར་ཐལ་བའི་སྐྱོན་མེད་དེ། དེ་བྱོད་ལ་ལྟོས་ནས་  
འབྱུང་བ་ཅན་ཡིན་གྱི་དེ་དང་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་གཞན་མ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། དེ་ཆོས་ཅན། ཟུ་གུ་སྐྱེས་པའི་ཆེ་བྱོད་རྟག་པར་གནས་པའི་སྐྱོན་མེད་  
དེ། བྱོད་ལ་ལྟོས་ནས་དེ་ལ་བྱུང་བ་ཅན་ཡིན་གྱི་དེ་དང་རང་བཞིན་གཅིག་མ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། དོན་ནི་འདི་ལྟར་ཡིན་ཏེ། ས་ཟུག་རང་བཞིན་གཅིག་པ་བཀག་ཏེ་སྐྱེ་  
རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་ན་རང་བཞིན་གཞན་ཡིན་དགོས་ལ། དེ་ལྟ་ན་འབྲེལ་མེད་སོ་  
སོར་འབྱུར་བས་ཟུ་གུ་བྱུང་ཡང་ས་བོན་གྱི་རྒྱན་དུ་མི་རུང་བས་རྒྱན་ཆད་པར་  
འབྱུར་ལ། དེས་ན་རང་བཞིན་གཞན་མིན་པའི་ཕྱིར་ཆད་པའི་སྐྱོན་མེད་པར་སྟོན་  
ནོ། །ཡང་རང་བཞིན་གཞན་བཀག་ཏེ་སྐྱེ་སྐྱེ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་ན་རང་  
བཞིན་གཅིག་ཏུ་འབྱུར་ལ། དེ་ལྟ་ན་ས་བོན་རྟག་པར་འབྱུར་བས། རང་བཞིན་

གཅིག་མ་ཡིན་པས་རྟག་པར་ཐལ་བ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ།།

གཉིས་པ་ནི། གལ་ཏེ་ཞེས་པ་རྐང་བ་བཞི་སྟེ། འཕགས་པའི་མཉམ་  
བཞག་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་དངོས་པོ་འགོག་བྱེད་དུ་ཐལ། དངོས་པོ་དེ་དེ་ཁོ་  
ན་ཉིད་དུ་གྲུབ་པ་གང་ཞིག། ཁྱོད་ཀྱིས་དངོས་པོ་དེ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་མ་གྲུབ་པར་  
རྟགས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་སྒྲ་མ་མ་གྲུབ་ན། རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པ་  
ཉམས་སོ། །དེས་ན་རང་བཞིན་གྱིས་སྟེ་བ་མེད་པ་ངས་པར་ཁས་སྐྱེད་དགོས་ཀྱི་  
རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་སྟེ་བ་མི་རུང་བར་ཐལ། དེ་ལྷ་ཡིན་ན་སྟོང་ཉིད་རྟགས་པ་  
དངོས་པོའི་འཛིག་རྒྱུར་ཁས་སྐྱེད་ས་དགོས་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི། གང་ཕྱིར་  
ཞེས་པ་རྐང་བ་བཞི་སྟེ། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་འཛིག་པའི་ཆ་  
རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་མེད་དབྱེད་ནས་རང་བཞིན་ཡོད་པའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་  
བཞག་པ་མི་རིགས་པར་ཐལ། དེ་ལྷ་ན་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཉམས་པར་འགྱུར་བའི་  
ཕྱིར། དེར་ཐལ། དངོས་པོ་འདི་རང་བཞིན་ཡོད་མེད་དབྱེད་ན་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་  
བདག་ཉིད་རང་བཞིན་མེད་པ་ལས་ཚུ་རོལ་དུ་གནས་པ་མི་རྟེན་པའི་ཕྱིར། བཞི་  
པ་ནི། དེ་ཉིད་ཅེས་པ་རྐང་བ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་སྟེ་བ་ཐ་  
སྟོང་དུ་ཡང་མི་སྲིད་པར་ཐལ། རང་བཞིན་གྱིས་སྟེ་བ་དོན་དམ་དུ་གྲུབ་པ་འགོག་  
པའི་རིགས་པ་དེས། ཐ་སྟོང་དུ་གྲུབ་པ་ཡང་འགོག་ནུས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
དེས་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་སྟེ་བ་ཅེས་དགག་ནུས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་བཀག་པ་ལ་མི་འཐད་པ་སྟོང་བ་ལ་གསུམ། རང་བཞིན་མེད་

ན་མཛོན་སྤྱད་དུ་མཐོང་བ་དང་འགལ་བ་སྟོང་བ་དང་། ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་  
 སོགས་མེད་ཀྱང་རང་བཞིན་མེད་པའི་དངོས་པོ་ལ་ལས་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་  
 འཐད་པར་བསྟན་པ་དང་། ལས་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བའི་རྟེན་ཀུན་གཞི་སོགས་  
 གསུངས་པ་དགོངས་པ་ཅན་དུ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་།  
 བདེན་པ་གཉིས་ཆར་དུ་རྟག་ཆད་དང་བྲལ་བར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། དངོས་  
 པོ་ཞེས་པ་རྟེན་པ་དུག་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པའི་རྒྱ་ལས་རང་  
 བཞིན་གྱིས་སྟོང་པའི་འབྲས་བུ་སྟེ། བ་ངེས་པར་ཁས་སྒྲུང་དགོས་པར་ཐལ།  
 གཟུགས་བརྟན་རང་བཞིན་མེད་པ་ལས་དེར་སྒྲུང་གི་འབྲུལ་བ་སྟེ། བར་མཐོང་བའི་  
 སྤྱིར། དེར་ཐལ། དེ་ལྟར་འཇིག་རྟེན་ན་གྲགས་ཤིང་ཆད་མས་ཀྱང་གྲུབ་པའི་  
 སྤྱིར། གཉིས་པ་ནི། བདེན་པ་ཞེས་པ་རྟེན་པ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། བདེན་པ་  
 གཉིས་ཆར་དུ་རྟག་ཆད་ཀྱི་སྟོན་མེད་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་ཆར་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་  
 དབེན་པའི་སྤྱིར། གཉིས་པ་ལ་བཞི། ཀུན་གཞི་མེད་ཀྱང་རང་བཞིན་མེད་པའི་  
 ལས་ཀྱིས་འབྲས་བུ་འབྱིན་རྒྱས་པར་བསྟན་པ་དང་། དེའི་དཔེ་དང་། རྣམ་སྟིན་  
 སྤྱང་བེན་པའི་ལས་ཀྱིས་སྤྱར་ཡང་འབྱིན་པར་ཐལ་བ་སྟོང་བ་དང་། དགོ་མི་  
 དགོའི་ལས་འབྲས་སོ་སོར་ངེས་པའོ། །དང་པོ་ནི། གང་སྤྱིར་ཞེས་པ་རྟེན་པ་བཞི་  
 སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ལས་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་ཀུན་གཞི་སོགས་མེད་ཀྱང་འགགས་ནས་  
 ཡུན་རིང་པོ་ལོན་པའི་རང་བཞིན་མེད་པའི་ལས་ཀྱིས་འབྲས་བུ་འབྱིན་རྒྱས་པར་  
 ཐལ། ལས་འགག་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་གང་ཞིག། །དེ་མ་གྲུབ་ན།

ལས་ཞིག་པས་ཀྱང་འབྲས་བུ་འབྱིན་ནུས་ཤིང་། ཀྱན་གཞི་མེད་ཀྱང་གང་ཟག་  
 ཅུམ་ལས་ཀྱི་ནུས་པ་བསྐྱོ་བའི་གཞིར་རུང་བའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། མི་ལམ་ཞེས་  
 པ་རྒྱུད་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་མེད་པའི་ལས་ཀྱིས་རྣམ་སྤྲིན་སྦྱེད་  
 པར་ཐལ། མི་ལམ་དུ་ཡུལ་གྱི་བྱུང་མེད་བཟང་མོ་དམིགས་པ་རང་བཞིན་མེད་  
 ཀྱང་སད་པའི་ཆོ་སྤྲོན་པོ་ལ་ཆགས་པ་སྦྱོ་བའི་རྒྱུར་འགྱུར་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་  
 ནི། ཇི་ལྟར་ཞེས་པ་རྒྱུད་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ལས་ཞིག་པས་འབྲས་བུ་  
 འབྱིན་ན་རྣམ་སྤྲིན་སྦྱུང་ཟེན་པ་སྤྲུང་ཡང་འབྱིན་དགོས་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་  
 བཞིན་མེད་པར་མཚུངས་ཀྱང་རབ་རིབ་ཅན་གྱིས་སྤྲོ་བད་མཐོང་ལ། བོང་བུའི་རྩ་  
 མི་མཐོང་བའི་རྣམ་དབྱེ་སོ་སོར་ངེས་པའི་དཔེ་མཐོང་བའི་ཕྱིར། བཞི་པ་ནི། དེ་  
 ཕྱིར་ཞེས་པ་རྒྱུད་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་མེད་ཀྱང་དགེ་མི་དགའི་  
 ལས་འབྲས་སོ་སོར་ངེས་པ་ཡང་མི་ཉམས་པར་ཐལ། རང་བཞིན་མེད་ཀྱང་རྣམ་  
 སྤྲིན་སྦྱུང་ཟེན་པའི་ལས་ཀྱིས་སྤྲུང་ཡང་མི་འབྱིན་ཞིང་། སྦྱུང་མ་ཟེན་པའི་ལས་  
 ཀྱིས་འབྱིན་པའི་རྣམ་དབྱེ་སོ་སོར་ངེས་པའི་ཕྱིར། དགེ་མི་དགའི་ལས་རང་  
 བཞིན་མེད་པར་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། ཐར་པ་ཐོབ་  
 པར་འགྱུར་ཏེ། ལས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སྦྱེས་བུ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་སོ་སོའི་སྦྱོ་བོ་རྣམས་ལུང་ལ་  
 བརྟེན་པ་མེད་པར་ལས་འབྲས་ཤིན་ཏུ་སྤྲོ་བ་ལ་དབྱེད་པར་བྱེད་པ་ལ་དགག་པ་  
 མཛད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། གང་ཟག་དེས་དེ་ལྟར་དབྱེད་ན་ལས་འབྲས་ལ་

སྐྱུར་བ་བཏབ་ནས་ཀུན་རྫོབ་ལས་ཉམས་དགོངས་ནས་དགག་པ་མཛད་པའི་  
 སྤྱིར། གསུམ་པ་ལ་གཉིས། གང་ཟག་གང་གི་ངོར་དགོངས་ཏེ་གསུངས་པ་  
 དང་། དངོས་སོར་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་མདོ་ཁ་ཅིག་ཏུ་གསུངས་པ་ཡང་སྤྱི་  
 བཞིན་པ་མ་ཡིན་པར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཀུན་གཞི་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་  
 སྟེ། སྤེལ་བྱ་ཆོས་ཅན། ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་དང་གང་ཟག་རང་མཚན་པ་དང་  
 བདག་གིས་དབེན་པའི་ཕྱང་སོར་མཚན་པ་སོགས་དེ་ལྟར་ཡོད་པ་མིན་ཡང་དེ་  
 ལྟར་གསུངས་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། དེ་ལྟར་ཡོད་པ་མིན་ཡང་རེ་ཞིག་ཟབ་མོ་  
 རྟོགས་མི་རུས་པའི་གདུལ་བྱ་རྣམས་རིམ་གྱིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་བྱངས་པའི་སྤྱིར་དུ་  
 དགོངས་ཏེ་གསུངས་པའི་སྤྱིར། གཉིས་པ་ནི། འཛིག་ཆོགས་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་  
 སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། དངོས་སོར་བཞིན་མེད་ཀྱང་རང་བཞིན་ཡོད་པ་ལྟར་མདོ་  
 ལས་གསུངས་པ་ཡང་བྱང་དོན་ཡིན་ཏེ། སྟོན་པས་འཛིག་ལྟ་སྤངས་ཀྱང་གང་ཟག་  
 འགའ་ཞིག་གི་ངོར་དེ་དང་བཅས་པ་ལྟར་བསྟན་ནས། ང་དེའི་ཆོ་དེའི་དུས་ན་འདི་  
 ཞེས་བྱ་བར་གྱུར་ཏེ་ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་དང་མཚུངས་པའི་སྤྱིར།

༥ གཉིས་པ་རྣམ་རིག་པའི་འདོད་པ་བྱེད་ཀྱིས་དགག་པ་ལ་གཉིས། འདོད་  
 པ་བཟོད་པ་དང་། དེ་འགག་པའོ། །དང་པོ་ནི། གཟུང་བ་ཞེས་པ་ཤོ་ལོ་ཀ་  
 གསུམ་སྟེ། ས་དུག་པ་ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དབང་དེས་སྤྱིད་པ་  
 གསུམ་སོ་འདི་དག་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཅམ་གྱི་བདག་ཉིད་དུ་རྟོགས་པར་འགྱུར་ཏེ།  
 གཟུང་བ་སྤྱི་རོལ་གྱི་དོན་མེད་པས་དེ་ལ་ལྟོས་པའི་འཛིན་པ་མ་མཐོང་ཞིང་གཉིས་

སྤྱོད་གི་དེ་ཉིད་གོམས་པར་བྱས་ནས་སྤྱིད་པ་གསུམ་གཟུང་འཛིན་གཉིས་ཀྱིས་  
 སྤྱོད་པའི་རྣམ་ཤེས་ཅན་གྱི་བདག་ཉིད་དུ་རང་རིག་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པར་  
 འགྲུར་རོ། སྤྱི་རོལ་མེད་ཀྱང་དོན་སྤྱང་གི་ཤེས་པ་སྤྱོད་པའི་རྒྱ་ནི། རྒྱང་གིས་  
 བསྐྱེལ་བས་རྒྱ་མཚོ་ལས་རྒྱ་རྒྱབས་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་དང་  
 རྣམ་བྱང་གི་ཚོས་ཀུན་གྱི་ས་བོན་ཐམས་ཅད་པ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ལ་དོན་དུ་  
 མཛོན་པར་ཞེན་པའི་ཤེས་པ་གཅིག་ནས་གཅིག་དུ་བརྒྱུད་དེ་མོངས་པས་བཞག་  
 པའི་བག་ཆགས་ཀྱི་རྣམ་པ་སྤྲིན་པ་ལས་དོན་སྤྱང་གི་རྣམ་ཤེས་དོན་གྱིས་དབེན་པ་  
 ཅན་ཞིག་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། སྤྱུལ་དུ་འབྱུལ་བ་ཐག་པ་ལ་ལྟོས་པ་སྤྱང་འབྱུལ་བ་  
 ཐམས་ཅད་འབྱུལ་གཞི་བདེན་པ་བ་དང་། བདག་ས་ཡོད་ཐམས་ཅད་གདགས་  
 གཞི་བདེན་པ་བ་ལ་ལྟོས་ལ་དེ་ཡང་གཞན་དབང་ཉིད་ཡིན་ནོ། མཛོད་ན་དོན་  
 སྤྱང་གི་ཤེས་པ་སོགས་སྤྱི་རོལ་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པར་ཀུན་གཞི་ལ་ཡོད་པའི་རང་གི་  
 བག་ཆགས་ཁོན་ལས་འབྱུང་བ་དང་། ཀུན་གཞི་བདེན་པར་ཡོད་པ་དང་། སྤྱོད་  
 རྟོག་གི་སྤྱོས་པ་ཀུན་གྱིས་དངོས་པོ་དང་ཁྱད་པར་དུ་བདག་ས་དོན་དེ་ཀུན་གཞི་  
 སོགས་གཞན་དབང་གི་དེ་ཁོན་ཉིད་དུ་མ་གྲུབ་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཡོད་དོ་ཞེ་ན།  
 གཉིས་པ་དེ་དག་གི་ལ་བཞི། སྤྱི་རོལ་མེད་པའི་ཤེས་པ་བདེན་པ་བ་དག་གི་ལ་  
 དང་། གཟུང་འཛིན་གཉིས་སྤྱོད་གི་གཞན་དབང་བདེན་པ་བ་འཇལ་བྱེད་གྱི་ཚད་  
 མ་དག་གི་ལ་དང་། ཀུན་རྫོབ་ཀུན་གྱི་གཞི་བདེན་པ་བ་དག་གི་ལ་དང་། ཐམས་  
 ཅན་གསུངས་པའི་དགོངས་པ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་བཞི། སྤྱི་དོན་མེད་པའི་

ཤེས་པ་བདེན་པ་བའི་དཔེ་དགག་པ་དང་། རྣམ་ཤེས་ལས་དབང་དོན་ངོ་བོ་ཐ་དང་  
 དུ་མེད་པའི་སྐྱབ་བྱེད་དགག་པ་དང་། མི་སྐྱབ་པ་སྒྲོམ་པའི་ཤེས་པ་སྤྱི་རོལ་མེད་  
 པའི་ཤེས་པ་བདེན་པ་བར་འདོད་པ་དགག་པ་དང་། དོན་ཤེས་བདེན་མེད་དུ་  
 མཚུངས་པའི་དོན་བསྐྱབ་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ཡིད་ཤེས་འབྱུང་པའི་དཔེ་  
 དགག་པ་དང་། དབང་ཤེས་འབྱུང་པའི་དཔེ་དགག་པའོ། །དང་པོ་ལ་  
 གཉིས། སྤྱི་རོལ་མེད་པའི་དཔེ་བྱི་བ་དང་། བྱིས་པའི་ལན་དགག་པའོ། །དང་པོ་  
 རྟེན། སྤྱི་རོལ་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་གཅིག་སྟེ། སྤྱི་རོལ་མེད་པའི་སེམས་བདེན་པ་བའི་  
 དཔེ་བྱིས་པས། དེའི་ལན་དུ་མི་ལམ་བཞིན་ནོ་ཞེ་ན། གཉིས་པ་ལ་གཉིས།  
 དགག་པ་མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་བར་འཕྱང་པའོ། །དང་པོ་རྟེན། དེ་བསམ་  
 བྱ་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་སྤྱེད་དང་གསུམ་སྟེ། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། མི་ལམ་སྤྱི་རོལ་མེད་  
 པའི་ཤེས་པ་བདེན་པའི་དཔེར་མི་རུང་བར་ཐལ། དེ་ལ་འཆད་འགྱུར་གྱི་རིགས་  
 པས་གཞོད་པའི་བྱིར་དང་། རེད་དབུ་མ་པའི་ངོར་དེ་སྤྱི་རོལ་མེད་པའི་ཤེས་པ་  
 བདེན་པ་བའི་མཐུན་དཔེར་མ་གྲུབ་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་ལ་གཉིས། སྤྱི་དོན་དང་  
 ཤེས་པ་བདེན་པར་གྲུབ་མ་གྲུབ་མཚུངས་པར་བསྟན་པ་དང་། མི་མཚུངས་པའི་  
 ལན་དགག་པའོ། །དང་པོ་རྟེན། གལ་ཏེ་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ། མི་ལམ་ན་ཤེས་  
 པ་རང་མཚན་པ་ཡོད་དེ། སད་པའི་ཆོངས་མི་ལམ་དུ་འདི་ལྟ་བུ་མཐོང་ངོ་སྟེ་མ་  
 པའི་ཡུལ་ཅན་དྲན་པ་ཡོད་པའི་བྱིར་སྟེ་མ་ན། མི་ལམ་ན་སྤྱི་རོལ་ཡང་ཡོད་པར་  
 ཐལ། གཟུགས་མཐོང་ངོ་སྟེ་མ་པའི་ཡུལ་དྲན་པའང་ཡོད་པའི་ཆོ་འབྱུང་པའི་



ཕྱིར།

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། རྩོད་པ་དང་། དེ་དགག་པའོ། །དང་པོ་ནི། གལ་  
 ཏེ་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ། མི་ལམ་གྱི་ཆ་ཕྱི་རོལ་གྱི་གཟུགས་མེད་དེ། མིག་  
 ཞེས་མེད་པའི་ཕྱིར། དོན་དུ་ཞེན་པའི་སྒོ་སྒྲོག་དུ་མེད་པས་ཡིད་དེ་ཡོད་ལ། དེ་  
 བཞིན་དུ་སད་པའི་ཆོ་ཡང་ཕྱི་རོལ་མེད་པའི་ཞེས་པ་རང་མཚན་པ་བྱ་བ་བོ་ཞེན།  
 གཉིས་པ་ལ་གསུམ། མི་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་ན་ཡུལ་དབང་རྣམ་ཞེས་གསུམ་  
 ཀ་བདེན་མེད་དུ་མཚུངས་པ་དང་། སད་དུས་ཀྱང་དེ་དང་འབྲ་བར་བསྟན་པ།  
 དོན་དང་ཞེས་པ་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་ཡོད་མེད་མི་མཚུངས་པའི་སྐབས་མི་  
 སྲིད་པར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། མིག་གི་དབང་དོན་ལ་སྦྱར་བ་དང་།  
 དབང་དོན་ལྷག་མཐའ་དེ་དང་མཚུངས་པར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཇི་ལྟར་  
 ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། མི་ལམ་དུ་ཕྱི་རོལ་རང་མཚན་མེད་པ་  
 བཞིན་དུ་ཞེས་པ་ཡང་རང་མཚན་པ་མེད་པར་ཐལ། སད་པའི་ཆོ་མིག་དང་  
 གཟུགས་དང་ཡིད་གསུམ་སྣང་བ་བཞིན་དུ་མི་ལམ་གྱི་རོལ་ཡང་གསུམ་པོ་  
 དམིགས་ལ་དེའི་ཆོ་མིག་གཟུགས་བདེན་པ་བ་མེད་པ་བཞིན་དུ་རྣམ་ཞེས་ཀྱང་  
 བདེན་པ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། རྣ་སོགས་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་གཅིག་  
 སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། དབང་སོགས་ལྷག་མ་རྣམས་ཡུལ་དབང་རྣམ་ཞེས་གསུམ་ལ་  
 བདེན་ཐུན་གྱི་བྱུང་པར་མེད་པར་ཐལ། བདེན་མེད་དུ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར།  
 གཉིས་པ་ནི། མི་ལམ་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་གསུམ་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། མི་ལམ་དུ་སད་

པའི་ཚེ་ཡང་ཡུལ་དབང་ནམ་ཤེས་གསུམ་བདེན་རྒྱུ་གྱི་བྱང་པར་མེད་པར་ཐལ།  
 བདེན་མེད་དུ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི། འདི་ན་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་  
 ལྟེ། དེ་ཚོས་ཅན། དོན་དང་ཤེས་པ་དུས་ནམ་ཡང་བདེན་རྒྱུ་མཚུངས་པར་ཐལ།  
 མ་རིག་པའི་གཉིད་ལས་མ་སད་ཅིང་གཉིད་ཐ་མལ་པ་ལས་སད་པའི་ཚེ་ཡུལ་  
 དབང་ནམ་ཤེས་གསུམ་ཡོད་པ་བཞིན་དུ་མི་ལམ་གྱི་ངོར་ཡང་གསུམ་པོ་ཡོད་ལ་  
 སད་པའི་ཚེ་མི་ལམ་གྱི་གསུམ་མེད་པ་བཞིན་དུ་མ་རིག་པའི་གཉིད་ལས་སད་  
 པའི་འཕགས་པའི་མཉམ་གཞག་གི་ངོར་ཐ་མལ་པའི་སད་དུས་གྱི་གསུམ་པོ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་དབང་ཤེས་འབྲུལ་པའི་དཔེ་དགག་པ་ལ་གཉིས། རབ་རིབ་  
 ཅན་གྱི་ཤེས་པ་ཕྱི་རོལ་མེད་པའི་ཤེས་པ་རང་མཚན་པའི་དཔེར་མི་རུང་པའི་རྒྱ་  
 མཚན་དང་། དེ་དཔེར་བཞོད་པ་ལ་གཞོད་པ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། དབང་པོ་  
 ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་ལྟེ། དེ་ཚོས་ཅན། རབ་རིབ་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་ཕྱི་རོལ་མེད་པའི་  
 ཤེས་པ་བདེན་པ་པའི་དཔེར་མི་རུང་བར་ཐལ། རབ་རིབ་ཅན་གྱི་ངོར་སྐྱེ་ཤད་དང་  
 དེར་སྐྱེང་གི་སྒོ་གཉིས་ཀ་བདེན་པར་སྐྱེང་བར་དམིགས་ལ། རབ་རིབ་མེད་པའི་  
 ངོར་གཉིས་ཀའི་སྐྱེང་བ་ལོག་པར་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ལ་གཉིས།  
 དངོས་དང་སྒྲིན་སྒྲོང་དགག་པའོ། །དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་  
 ལྟེ། དེ་ཚོས་ཅན། མཁར་གཞོང་སོགས་སུ་རབ་རིབ་མེད་པས་བལྟས་པའི་ཚེ་  
 སྐྱར་སྐྱེང་གི་སྒོ་ཡོད་པར་ཐལ། དེར་སྐྱེ་ཤད་མེད་ཀྱང་སྐྱར་སྐྱེང་གི་སྒོ་རང་གི་

མཚན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་ཕྱི་རོལ་མེད་པའི་རྣམ་ཤེས་བདེན་པ་བ་  
 མེད་པར་ཐལ། ཡོད་ན་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་ཉེས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་  
 ལ་གཉིས། འདོད་པ་བཟོད་པ་དང་། དེ་དགག་པའོ། །དང་པོ་ནི། གང་ཕྱིར་  
 ཞེས་པ་རྐང་པ་གསུམ་སྟེ། སྐྱེ་ཤད་རང་མཚན་པ་ཡོད་མེད་གྱི་དབང་གིས་དེར་  
 སྐྱར་གི་སྒོ་སྒྲེ་མི་སྒྲེ་ཡིན་ན་སྒྲོན་དེར་འགྱུར་ཡང་། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་མོད། འོ་ན་ཅི་  
 ཞེན། ཀུན་གཞི་ལ་ཡོད་པའི་སྐྱར་སྐྱར་གི་སྒོ་སྒྲེ་བའི་རྣམ་པ་སྤྲིན་མ་སྤྲིན་གྱིས་  
 འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ་ཞེན། གཉིས་པ་ལ་གཉིས། མཛོར་བསྟན་དང་། རྒྱས་བཤད་  
 དོ། །དང་པོ་ནི། རྣམ་དེ་ཞེས་པ་རྐང་པ་གཅིག་སྟེ། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། རྣམ་པ་  
 རང་མཚན་པའི་དབང་གིས་སྐྱར་སྐྱར་གི་སྒོ་སྒྲེ་བ་མི་འགྲུབ་པར་ཐལ། རྣམ་པ་  
 རང་མཚན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ལ་གསུམ། རྣམ་ཤེས་ད་ལྟར་བ་དང་  
 འབྲེལ་བ་དང་། མ་འོངས་པ་དང་འབྲེལ་བ་དང་། འདས་པ་དང་འབྲེལ་བའི་  
 རྣམ་པ་རང་མཚན་པ་མི་སྤྲིད་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྐྱེས་ལ་ཞེས་པ་རྐང་པ་གཅིག་  
 སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། རྣམ་ཤེས་ད་ལྟར་བའི་རང་དུས་ན་དེ་བསྐྱེད་པའི་རྣམ་པ་རང་  
 མཚན་པ་མེད་པར་ཐལ། དེ་ལྟ་ན་རྣམ་ཤེས་དེ་རྒྱ་མེད་པའམ་རྒྱས་སྐྱེད་པ་དགོས་  
 མེད་དུ་ཐལ་བའི་སྒྲོན་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ལ་གསུམ། ཉ་ཅང་ཐལ་བ་  
 དང་། རྣམ་ཤེས་འགྱུར་འགྱུར་ལ་བསམ་ནས་རྣམ་པ་ཁས་ལེན་པ་མི་འཐད་པ་  
 དང་། རྣམ་པ་དང་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་གྲུབ་པ་མན་ཚུན་བརྟེན་ན། གཞན་དབང་རང་  
 བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཉམས་པའོ། །དང་པོ་ནི། མ་སྐྱེས་ཞེས་པ་རྐང་པ་གསུམ་

སྒྲོ། དེ་ཆོས་ཅན། རྣམ་ཤེས་མ་འོངས་པ་དང་འབྲེལ་བའི་རྣམ་པ་རང་མཚན་པ་  
 མེད་པར་ཐལ། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྣམ་པ་ཞེས་བརྗོད་པའི་ཆོ་རྣམ་ཤེས་ཁྱད་  
 ཆོས་དང་རྣམ་པ་ཁྱད་གཞི་ཡིན་ལ། རྣམ་ཤེས་མ་འོངས་པ་ད་དུང་མ་སྐྱེས་པའི་  
 ཕྱིར། ཁྱབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། ཁྱད་པར་གྱི་ཆོས་མེད་པར་ཁྱད་པར་གྱི་གཞི་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། དེ་མ་གྲུབ་སྐྱེས་ན། མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་ལ་འང་རྣམ་པ་དེ་ཡོད་པར་  
 ཐལ། རྣམ་ཤེས་མེད་པར་དེའི་ཁྱད་ཆོས་ཅན་གྱི་རྣམ་པ་རང་མཚན་པ་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། གལ་ཏེ་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། རྣམ་ཤེས་  
 འབྱུང་འབྱུར་གྱི་རྣམ་པ་བདེན་པ་བ་མེད་པར་ཐལ། རྣམ་པ་བདེན་པ་བ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི། བན་ཚུན་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། གཞན་  
 དབང་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། རྣམ་ཤེས་དང་རྣམ་པ་བན་ཚུན་ལྟོས་  
 བས་གྲུབ་དགོས་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ལ་གསུམ། འབྲེལ་མེད་གཞན་གྱི་རྣམ་པ་  
 ལས་གཞན་འབྱུང་བར་ཐལ་བ་དང་། འདོད་ན་གཞོད་པ་བསྐྱེད་པ་དང་། དེའི་  
 ལན་དགག་པའོ། །དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་གསུམ་སྒྲོ། དེ་ཆོས་ཅན།  
 འབྲེལ་མེད་གཞན་གྱི་རྣམ་པ་ལས་གཞན་འབྱུང་བར་ཐལ། རྣམ་ཤེས་སྡུ་མ་  
 འགག་བཞིན་པས་བཞག་པའི་རྣམ་པ་སྒྲིན་པ་ལས་རྣམ་ཤེས་ཕྱི་མ་གཞན་འབྱུང་བ་  
 གང་ཞིག །རྣམ་ཤེས་སྡུ་ཕྱིར་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར། གཉིས་  
 པ་ནི། དེ་ཕྱིར་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་གཉིས་སྒྲོ། སྡུ་མ་འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ལྷན་  
 ལྷན་མ་གྲུར་ཀྱན་ལས་འབྲས་བུར་གྲུར་མ་གྲུར་ཀྱན་སྐྱེ་བར་ཐལ། འདོད་པ་དེའི་

བྱིར། གསུམ་པ་ལ་གཉིས། འདོད་པ་བཟོད་པ་དང་། དེ་དགག་པའོ། །དང་པོ་  
 རི། གལ་ཏེ་ཞེས་པ་རྒྱུད་དང་གསུམ་སྟེ། རྒྱུན་ཅན་རྣམ་ཤེས་སྤྱི་ཐ་དང་  
 གྲང་རྒྱུན་གཅིག་པས་སྤྱི་མཐུན་པ་ལས་སྤྱི་མ་འབྱུང་བ་མི་འགལ་ལོ་ཞེ་ན།  
 གཉིས་པ་ལ་གཉིས། སྤྱི་བྱེད་བསྐྱུ་བྱེད་མཚུངས་པ་དང་། དཔེ་བསྟན་  
 པའོ། །དང་པོ་རི། འདི་ནི་ཞེས་པ་རྒྱུད་དང་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན།  
 རྣམ་ཤེས་སྤྱི་ལ་རྒྱུན་རང་མཚན་པ་གཅིག་ཇེས་སྤྱི་འགྲོ་བ་བསྐྱུ་བྱེད་  
 མཚུངས་པར་ཐལ། དེ་མ་གྲུབ་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་ནི་བྱམས་པ་ཞེས་པ་རྒྱུད་པ་  
 བཞི་སྟེ། བྱམས་པ་དང་ཉེར་སྤྱི་མཚན་ཅན། རྒྱུད་གཅིག་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 འབྲེལ་མེད་ཀྱི་གཞན་ཡིན་པའི་བྱིར། དེ་བཞིན་དུ་རྣམ་ཤེས་སྤྱི་ཡང་རྒྱུད་  
 གཅིག་ཏུ་མི་རིགས་པར་ཐལ། རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་ཐ་དད་པའི་བྱིར། གཉིས་  
 པ་རྣམ་ཤེས་ལས་དབང་དོན་ངོ་བོ་ཐ་དད་དུ་མེད་པའི་སྤྱི་བྱེད་དགག་པ་ལ་  
 གཉིས། འདོད་པ་བཟོད་པ་དང་། དེ་དགག་པའོ། །དང་པོ་རི། མིག་སྒྲོ་ཞེས་པ་  
 སོ་ལོ་གསུམ་སྟེ། བདག་རྒྱུན་དབང་པོ་འཛོག་ཚུལ་ནི། གུན་གཞི་ལ་ཡོད་པའི་  
 རྣམ་ཤེས་སྤྱི་པའི་རྣམ་པ་སྤྱིན་པ་ལས་མིག་གི་རྣམ་ཤེས་སྤྱི་ལ། མིག་ཤེས་ཀྱི་  
 དངོས་ཀྱི་རྟེན་དུ་གྱུར་པའི་རྣམ་པ་དེ་ལ་མིག་གི་དབང་པོ་ཞེས་བྱ་ཡི། རྣམ་ཤེས་  
 ལས་ངོ་བོ་ཐ་དད་པ་མེད་པ་བཞིན་དུ་དབང་པོ་གཞན་སྤྱི་ཡང་ཤེས་པར་བྱའོ། །  
 དམིགས་རྒྱུན་འཛོག་ཚུལ་ནི། ཀེར་ཤུ་གལ་སོགས་པ་བྱིར་ངོ་ལ་གྱི་ཚོན་གྱིས་ཁ་  
 བསྐྱུར་བ་ལ་མི་ལྟོས་པར་དམར་པོའི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་སྤྱི་བ་བཞིན་དུ་མིག་སོགས་

དབང་པོ་ལས་མ་གྲུང་བའི་རྣམ་རིག་རྣམས་ཀྱང་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཀྲིན་ལ་ལྟོས་པ་མེད་  
 བར་དོན་དུ་ཞེན་པའི་ས་བོན་སྤྲིན་པ་ལས་དོན་གྱི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་འགྱུར་བ་ལ། དེ་  
 མ་རྟོགས་པར་དོན་དུ་མངོན་པར་ཞེན་པ་ཡིན་ཏེ། དབང་ན་མི་ལམ་ན་ཕྱི་རོལ་གྱི་  
 གྲུང་པོ་ཆེ་སོགས་མེད་པར་དེར་སྤྱང་གི་རྣམ་པ་སྤྲིན་པ་ལས་དེའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་  
 སེམས་འགྱུར་བ་ལྟར་སད་པའི་སྐྱབས་སུ་ཡང་ཡིན་པས། ཕྱི་རོལ་མེད་ཀྱང་  
 སེམས་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་ཡོད་དོ་ཞེ་ན། གཉིས་པ་ལ་གསུམ། མི་ལམ་དུ་  
 མིག་མེད་པར་སྤྱོད་སོགས་གསལ་སྤྱང་གི་ཤེས་པ་སྤྲེན་ལོང་བ་ལ་ཡང་སད་པའི་ཆོ་  
 དེ་ལྟར་སྤྲེ་བར་ཐལ་བ་དང་། དེའི་སྤྲོན་སྤྲོང་དགག་བ་དང་། དངོས་སྤྱོད་པའི་ཆོད་  
 པ་དེ་དག་སྤྱུ་བྱེད་བསྤྱུ་བ་བྱ་དང་མཚུངས་པས་ཀྱང་དགག་རྣམས་བཤོ། །དང་པོ་  
 རྟོ། ཇི་ལྟར་ཞེས་པ་རྟེན་པ་བཞི་སྟེ། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ལོང་བ་ལའང་སད་པའི་  
 ཆོ་རྣམ་པ་སྤྲིན་པ་ལས་སྤྱོད་སོགས་གསལ་སྤྱང་གི་ཤེས་པ་སྤྲེ་བར་ཐལ། མི་ལམ་  
 གྱི་ཆོ་མིག་མེད་པར་སྤྱོད་སོགས་གསལ་སྤྱང་གི་ཤེས་པ་རང་མཆོན་པ་སྤྲེ་བའི་  
 ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། གལ་ཏེ་ཞེས་པ་ཤོ་ལོ་ཀ་གཉིས་ཏེ། དེ་མི་མཚུངས་ཏེ། མི་  
 ལམ་གྱི་ཆོ་སྤྱོད་སོགས་སྤྱང་བའི་དུག་པ་ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པའི་རྣམ་པ་སྤྲིན་པའི་དབང་  
 གིས་དེ་ལྟར་སྤྱང་བ་ཡིན་ལ། སད་པའི་ཆོ་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ཆོས་  
 ཅན། ལོང་བ་ལ་སད་པའི་ཆོ་སྤྱོད་སོགས་གསལ་བར་སྤྱང་བའི་རྣམ་པ་སྤྲིན་པ་མེད་  
 པ་དེ་ལྟར་མི་ལམ་གྱི་ཆོ་ཡང་སྤྱོད་སོགས་གསལ་བར་སྤྱང་བའི་རྣམ་པ་སྤྲིན་པ་མི་  
 འཐད་པར་ཐལ། བྱེད་ལྟར་ནའང་སྐབས་དེ་གཉིས་ཀར་མིག་དབང་མེད་པར་

མཚུངས་པའི་བྱིར། མི་ལམ་དུ་ཡང་གཉིད་ཤེས་པ་སྐྱེ་བའི་རྒྱལ་པ་སྐྱིན་པའི་རྒྱུ་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། མིག་མེད་པ་དེ་ཡོང་བ་ལ་སང་པའི་ཆོ་སྒོ་སོགས་གསལ་སྤྲང་གི་  
 རྒྱལ་པ་སྐྱིན་པའི་རྒྱུ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེས་ན་མི་ལམ་དུ་ཡང་མིག་རྒྱན་པ་ངེས་  
 བར་ཁས་སྤྲང་དགོས་པར་ཐལ། དེའི་ཆོ་སྒྲི་རྩོལ་གསལ་སྤྲང་གི་ཤེས་པ་ཡོད་  
 པའི་བྱིར། གསུམ་པ་ནི། འདི་ཡི་ཞེས་པ་རྒྱང་པ་བཞི་སྟེ། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན།  
 རྣམ་རིག་པས་དངོས་པོ་རང་མཚན་སྐྱབ་པའི་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱན་དགག་རྒྱལ་པར་  
 ཐལ། དེས་སྐྱབ་བྱེད་དུ་བཞོད་པ་ཀྱན་བསྐྱབ་བྱེད་མཚུངས་པར་མཐོང་བའི་  
 བྱིར། དངོས་པོ་བདེན་པ་བ་བཀག་པ་ལ་ལུང་གིས་གཞོད་པ་ལ་སོགས་པའི་ངེས་  
 བའང་མེད་དེ། སངས་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱིས་འགར་ཡང་དངོས་པོ་བདེན་པ་བ་ཡོད་  
 པ་ངེས་པའི་དོན་དུ་མ་གསུངས་པའི་བྱིར།

གསུམ་པ་མི་སྐྱག་པ་སྒྲོམ་པའི་ཤེས་པ་སྐྱེ་རྩོལ་མེད་པའི་ཤེས་པ་བདེན་པ་  
 བར་འདོད་པ་དགག་པ་ལ་གསུམ། ཤེས་པ་རྒྱན་པར་བསྐྱན་པ་དང་། བདེན་པ་བ་  
 ལ་གཞོད་པ་དགོད་པ་དང་། འབྲུལ་བ་གཞན་ཡང་དེ་དང་མཚུངས་པར་བསྐྱན་  
 བའོ། །དང་པོ་ནི། རྣལ་འབྱོར་ཞེས་པ་རྒྱང་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ས་གཞི་  
 ཀའ་རུས་ཀྱིས་གང་བར་མཐོང་བ་དེ་ཡང་སྐྱེ་རྩོལ་མེད་པའི་ཤེས་པ་བདེན་པ་བའི་  
 དཔེར་མི་རུང་བར་ཐལ། དེར་ཡང་ཡུལ་དབང་རྣམ་ཤེས་གསུམ་ཀ་རང་བཞིན་  
 གྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་པར་མཚུངས་པའི་བྱིར། དེར་ཐལ། ཉིང་འཛིན་དེ་ཡུལ་རྒྱན་  
 པ་ཡོད་བྱེད་དུ་བསྐྱན་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་ནི། ཁྱོད་ཀྱིས་ཞེས་པ་རྒྱང་པ་བཞི་

སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། མི་སྤྱུག་པ་སྒྲོམ་པའི་ཡུལ་དེར་མི་སྤྱུག་པ་མི་སྒྲོམ་པའི་གང་  
ཟག་གཞན་གྱིས་ཀྱང་ཡིད་གཏད་ན་ས་གཞི་ཀེང་རུས་གྱིས་གང་བར་མཐོང་བར་  
ཐལ། ཉིང་ངེ་འཛིན་དེ་དང་ཡུལ་ཀུན་ལ་སྤྲང་རུང་གི་སྡོ་སྤྲང་དབང་ཤེས་སོགས་  
ཡུལ་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཚུལ་མཚུངས་པའི་བྱིར། ཉིང་ངེ་འཛིན་དེ་ཡུལ་ལྷན་པ་ཡིད་  
བྱེད་ཀྱང་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྡོ་སྤྲང་ཤེས་པ་དང་ཡུལ་ཅན་བདེན་པ་བར་མཚུངས་  
པའི་བྱིར། གསུམ་པ་ནི། རབ་རིབ་ཅེས་པ་རྒྱང་པ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཚུ་  
ལྷང་ན་གཞུག་ཏུ་སྤྲང་བའི་ཡི་དྲུགས་གྱི་སྒྲོ་ཡང་བྱི་རོལ་མེད་པའི་ཤེས་པ་བདེན་པ་  
བའི་དཔེར་མི་རུང་བར་ཐལ། དེ་རབ་རིབ་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་སོགས་དང་མཚུངས་  
པའི་བྱིར། བཞི་པ་ནི། མདོར་ན་ཞེས་པ་རྒྱང་པ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། བྱི་  
རོལ་མེད་པ་བཞིན་དུ་ཤེས་པ་བདེན་པ་བ་མེད་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་བདེན་སྟོང་དུ་  
མཚུངས་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་གཟུང་འཛིན་གཉིས་སྟོང་གི་གཞན་དབང་བདེན་པ་བ་འཇལ་  
བྱེད་གྱི་ཚད་མ་དགག་པ་ལ་བཞི། ཚད་མ་མེད་པར་ཡོད་པར་དམ་བཅའ་བ་མི་  
རིགས་པ་དང་། རང་རིག་གིས་བྱུབ་པ་དགག་པ་དང་། དེས་མ་བྱུབ་ན་སྐྱུབ་  
བྱེད་གཞན་ཡང་མེད་པར་བསྟན་པ་དང་། སྐྱུབ་བྱེད་མེད་བཞིན་དུ་ཡོད་པར་དམ་  
འཆའ་ན་ཏུ་ཅང་ཐལ་བའོ། །དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་ཞེས་པ་རྒྱང་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་  
ཅན། གཉིས་སྟོང་གི་གཞན་དབང་བདེན་པ་བ་མེད་པར་ཐལ། དེ་ཚད་མས་མ་  
བྱུབ་པའི་བྱིར། བྱུབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། ཚད་མས་མ་བྱུབ་པར་ཡོད་ཅེས་དམ་



འཆའ་བ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ལ་གཉིས། རང་རིག་གི་དངོས་པོ་དགག་  
 བ་དང་། སྐྱབ་བྱེད་དགག་པ་ལོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ཉིད་ཅེས་པ་རྒྱང་བ་གཅིག་  
 ལྟོ། དེ་ཆོས་ཅན། གཞན་དབང་བདེན་པ་རང་རིག་གིས་ཀྱང་མ་གྲུབ་པར་  
 ཐལ། རང་རིག་ཉིད་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ལ་ཚུད་པ་ནི། གལ་ཏེ་ཞེས་པ་  
 རྒྱང་བ་གཅིག་ལྟོ། ཡུལ་སྤྱོད་བ་དང་རང་སྤྱོད་བ་གཉིས་ཀྱི་ཡོད་དེ། དེས་  
 གཟུགས་མཐོང་ངོ་ཞེས་ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་གཉིས་ཀྱི་དཔྱད་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དཔྱད་  
 པའི་རྟགས་ཀྱིས་རང་རིག་གྲུབ་པོ་ཞེ་ན། ལན་ལ་གཉིས། དཔྱད་པ་ལ་བརྟགས་  
 ནས་དགག་པ་དང་། ཁོ་བོ་ཅག་གི་ལྷགས་ལ་དཔྱད་པ་སྤྱོད་བ་དཔོག་པ་འཐད་  
 པ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། དཔྱད་པ་རང་མཚན་པ་རྟགས་སུ་བཀོད་ན་བསྐྱབ་བྱ་  
 དང་མཚུངས་པ་དང་། ཁྱོད་ལྟར་ན་དཔྱད་པས་སྤྲར་གྱི་སྤྱོད་བ་དཔྱད་པ་མི་འཐད་  
 པ་ལོ། །དང་པོ་ནི། མ་གྲུབ་ཅེས་པ་རྒྱང་བ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། དཔྱད་པ་རང་  
 མཚན་པ་རང་རིག་གི་སྐྱབ་བྱེད་དུ་མི་རུང་བར་ཐལ། དཔྱད་པ་རང་མཚན་པ་ཉིད་  
 མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། དཔྱད་པ་ཅུ་ཡང་རང་རིག་གི་སྐྱབ་བྱེད་དུ་མི་རུང་བར་ཐལ།  
 དེ་མེ་ལས་མེ་ཤེས་དཔོག་པ་ལྟར་བྱུང་བ་མ་དེས་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། རང་  
 རིག་ཅེས་པ་རྒྱང་བ་བཞི་ལྟོ། དེ་ཆོས་ཅན། རང་རིག་གྲུབ་ཏུ་ཆུག་ན་ཡང་ཕྱིས་ཀྱི་  
 དཔྱད་པ་སྤྲར་གྱི་སྤྱོད་བའི་སྐྱབ་བྱེད་དུ་མི་རུང་བར་ཐལ། དཔྱད་པ་དང་སྤྱོད་བ་  
 གཉིས་རང་བཞིན་གྱིས་གཞན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་གཉིས་རྒྱད་གཅིག་པ་སོགས་  
 ཀྱང་ལན་དུ་མི་རུང་བར་ཐལ། རང་བཞིན་གཞན་ཡིན་པའི་ཁས་སྐྱངས་ཀྱིས་རྒྱད་

གཅིག་པ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱབ་བྱེད་གྱི་བྱེད་པར་ཡང་འཛོམས་པའི་བྱིར། གཉིས་  
 པ་ནི། གང་བྱིར་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཁོ་བོ་ཅག་གི་ལྟར་ན་སྤར་  
 གྱི་མྱོང་བ་མྱིས་གྱི་བྱེད་པས་བྱེད་པ་འཐད་པར་ཐལ། ཁོ་བོ་ཅག་ལྟར་ན་སྤར་གྱི་  
 མྱོང་བ་དེ་ལས་ངས་མཐོང་ངོ་སྟེ་མ་པའི་ཡུལ་ཅན་བྱེད་པ་དང་ངས་གཟུགས་མཐོང་  
 ངོ་སྟེ་མ་པའི་ཡུལ་བྱེད་པ་སྐྱེ་བ་འཐད་པའི་བྱིར། གསུམ་པ་ནི། དེ་བྱིར་ཞེས་པ་  
 རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། གཞན་དབང་བདེན་པ་བསྐྱབ་བྱེད་གྱི་ཆོད་མ་མེད་  
 པར་ཐལ། རང་རིག་དེ་དེ་སྐྱབ་པའི་བྱེད་དུ་མི་རུང་དེ་སྐྱབ་པའི་ཆོད་མ་གཞན་  
 ཡང་མེད་པའི་བྱིར། རང་ཉིད་གྱིས་རང་ཉིད་མྱོང་བ་མི་རིགས་པར་ཐལ། ལས་  
 དང་བྱ་བྱེད་གཅིག་དུ་མི་འཐད་པའི་བྱིར། བཞི་པ་ནི། གལ་ཏེ་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་  
 བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་ཡང་ཡོད་པར་འདོད་རིགས་པར་ཐལ།  
 སྐྱབ་བྱེད་ཆོད་མ་དང་བྲལ་པའི་གཞན་དབང་བདེན་པ་བ་ཡོད་པའི་བྱིར། གསུམ་  
 པ་ཀུན་རྩོད་ཀུན་གྱི་གཞི་བདེན་པ་བ་དགག་པ་ལ་བཞི། གཞན་དབང་བདེན་བྱུ་  
 ཁས་སྒྲངས་ན་ཐ་སྙད་གྱི་རྣམ་གཞག་ལས་ཉམས་པ་དང་། ཐ་སྙད་ལ་ཉམས་ན་  
 བདེན་པ་གཉིས་ཀ་ལས་ཉམས་པས་ཐར་པ་མི་འཐོབ་པ་དང་། དེའི་རྒྱུ་མཚན་  
 དང་། ཁོ་བོ་ཅག་ལ་ཁྲུན་ཀར་མི་འགྱུར་བའོ། །དང་པོ་ནི། གང་ཆོ་ཞེས་པ་རྒྱུ་  
 པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། གཞན་དབང་བདེན་པ་བ་བདག་པ་ཡོད་ཀུན་གྱི་རྒྱུར་མི་  
 འཐད་པར་ཐལ། གཞན་དབང་བདེན་པ་བ་མ་གྲུབ་པའི་བྱིར། འཛིག་དེན་གྱི་ཐ་  
 སྙད་ཉམས་པར་འགྱུར་པར་ཐལ། གཞན་དབང་བདེན་པར་གྲུབ་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་ནི། སློབ་དཔོན་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ། སེམས་ཅམ་པ་ཆོས་  
 ཅན། བདེན་པ་གཉིས་ཀ་ལས་ཉམས་པར་ཐལ། གཞན་དབང་བདེན་གྲུབ་ཁས་  
 སྒྲངས་པས་སྒྲུབ་ཀྱི་ལུགས་ལས་སྤྱི་རོལ་དུ་གྱུར་པའི་སྤྱིར། འདོད་ན། ལྷ་བ་  
 དེ་མ་དོར་རིང་ལ་ཐར་པ་ཐོབ་མི་སྲིད་པར་ཐལ། བདེན་པ་གཉིས་ཀ་ལས་ཉམས་  
 པའི་སྤྱིར། གསུམ་པ་ནི། ཐ་སྙད་ཅེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ལྷ་བ་དེ་  
 མ་དོར་བའི་རིང་ལ་ཐར་པ་མི་འཐོབ་པར་ཐལ། ཐབས་དང་ཐབས་སྤྱང་དུ་གྱུར་  
 པའི་བདེན་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་མི་ཤེས་པར་ཐར་ལམ་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་དང་  
 འགལ་བའི་ལམ་ལ་ཞུགས་པའི་གྲུབ་མཐའ་སྤྱོད་པའི་སྤྱིར། ཡང་ན་ཐ་སྙད་  
 ཀྱི་བདེན་པ་ལས་ཉམས་ན་བདེན་པ་གཉིས་ཀ་ལས་ཉམས་པར་ཐལ། ཐ་སྙད་  
 པའི་ཆད་མ་དོན་དམ་ཉོགས་པའི་ཐབས་སྤྱང་དུ་གྱུར་པའི་སྤྱིར། བཞི་པ་ལ་གསུམ།  
 གཞན་དབང་བདེན་པ་བཤས་སྒྲངས་པ་ལྟར་ཁོ་བོ་ཅག་གིས་ཀུན་རྫོབ་ཁས་མ་  
 སྒྲངས་པ་དང་། སྤྱང་བོ་ལྷག་མེད་དུ་ཞུགས་པའི་དབྱེ་བཅོམ་པའི་མཉམ་གཞག་  
 གི་གཟིགས་པོར་ཐ་སྙད་ཀུན་རྫོབ་མེད་པ་ལྟར་ཐ་སྙད་པའི་ཆད་མའི་དོར་ཡང་མེད་  
 ན་ཁོ་བོ་ཅག་གྲུང་ཀུན་རྫོབ་མི་འདོད་པ་དང་། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་འགོག་མི་རུས་  
 ཤིང་བཀག་ན་འགོག་བྱེད་ལ་གཞོད་པའོ། །དང་བོ་ནི། ཇི་ལྟར་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་  
 བཞི་སྟེ། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། དབྱུ་མ་པ་ཁོ་བོ་ཅག་གིས་གཞན་དབང་བདེན་གྲུབ་  
 བཀག་པ་ལྟར་བྱེད་ཀྱིས་ཀུན་རྫོབ་བཀག་པས། ཁོ་བོ་ཅག་ལ་མི་གཞོད་པར་  
 ཐལ། བྱེད་གཞན་དབང་བདེན་པར་འདོད་པ་ལྟར་བདག་གིས་ཀུན་རྫོབ་ཁས་མ་

སྒྲུང་སྒྱིའི་འཇིག་རྟེན་པས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཐབས་སུ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་  
 གྲུང་ཐ་སྟོན་པའི་ཚད་མའི་ངོ་ལ་བལྟོས་ནས་ཁས་སྒྲུངས་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་  
 མི། ཇི་ལྟར་ཞེས་པ་རྟུང་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཚོས་ཅན། ལུང་པོ་ལྟག་མེད་དུ་ཞུགས་  
 པའི་དགྲ་བཅོམ་པའི་མཉམ་གཞག་གི་གཟིགས་ངོར་ཀུན་རྫོབ་མེད་པ་བཞིན་དུ་ཐ་  
 སྟོན་པའི་ཚད་མའི་ངོར་ཡང་མེད་ན། ཁོ་པོ་ཅག་གྲུང་ཡོད་པར་མི་འདོད་པར་  
 ཐལ། རིགས་པས་བཀག་པ་ཁས་ལེན་མི་རུང་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི། གལ་ཏེ་  
 ཞེས་པ་རྟུང་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཚོས་ཅན། འཇིག་རྟེན་པའི་ཚད་མས་བྱུང་པའི་དོན་  
 དེས་པར་ཁས་སྒྲུང་དགོས་པར་ཐལ། དེ་བཀག་པས་མི་གཞོད་ན་དགག་པར་  
 རིགས་ན་ཡང་དེ་འགོག་བྱེད་ཉིད་ལ་ཚད་མས་གཞོད་པའི་ཕྱིར།

བཞི་པ་སེམས་ཅན་གསུངས་པའི་དགོངས་པ་བསྟན་པ་ལ་བཞི། ས་བརྩ་  
 པའི་མདོའི་དགོངས་པ་བཤད་པ་དང་། དོན་སེམས་ཡོད་མེད་མཚུངས་པར་  
 བསྟན་པ་དང་། མདོ་སྟེ་གཞན་གྱི་དགོངས་པ་བཤད་པ་དང་། ལུང་དེ་དག་གི་  
 དོན་བཤད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་དེས་གྱི་བྱུང་པར་རྟོགས་པར་འགྱུར་བའོ། །དང་  
 པོ་ལ་གཉིས། ཅན་སྐྱེད་པ་པོ་གཞན་དགག་པའི་དོན་ཅན་དུ་བསྟན་པ་དང་།  
 གཟུགས་སེམས་གཉིས་གྱི་ནང་ནས་གཟུགས་གཙོ་བོ་ཡིན་པ་དགག་པའི་དོན་ཅན་  
 དུ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། དངོས་དང་། དོན་དེ་ཉིད་ལང་གཤེགས་  
 གིས་གྲུང་བཤད་པར་བསྟན་པ་དང་། ལང་གཤེགས་གྱི་དོན་བཤད་པའོ། །དང་པོ་  
 མི། མདོན་གྱུར་ཞེས་པ་རྟུང་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཚོས་ཅན། ཕྱི་ངོ་ལ་བཀག་པ་ས་བརྩ་

པའི་མདོ་དཔེ་དགོངས་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མདོ་དེས་གཞན་གྱིས་བདགས་པའི་  
 བདག་ལ་སོགས་པ་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་པ་བཀག་ནས་ས་དྲུག་པ་ལ་གནས་པའི་བྱང་  
 རྒྱུ་པ་སེམས་དཔས་ཁམས་གསུམ་གྱི་བྱེད་པ་པོ་སེམས་ཙམ་དུ་རྟོགས་པར་བསྟན་  
 པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། དེ་ཕྱིར་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཙན། ཁམས་  
 གསུམ་གྱི་བྱེད་པ་པོ་སེམས་སུ་ཐལ། ལྷ་སྟེགས་པ་རྣམས་གྱིས་བདག་ལ་སོགས་  
 པ་བྱེད་པ་པོར་བརྟགས་པའི་ལྷ་བ་དན་པའི་སྟོ་མཐོན་པོ་བཅོམ་ནས་སེམས་བྱེད་པ་  
 པོར་བསྟན་པའི་ཆེད་དུ་ལང་གཤེགས་ལས། གང་ཟག་རྒྱན་དང་ལུང་པོ་དང་།  
 ཞེས་པ་ནས། སེམས་ཙམ་དུ་ནིངས་བཤད་དོ། ཞེས་པའི་བར་གྱི་དོ་རྩེའི་དག་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི། ཇི་བཞིན་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ། ལང་  
 གཤེགས་ཀྱི་ལུང་དེ་ཆོས་ཙན། ཕྱི་རོལ་བཀག་པའི་ཕྱིར་དུ་ཁྱོད་སྟོན་པས་  
 གསུངས་པ་མིན་ཏེ། ལྷ་སྟེགས་རྣམས་གྱིས་བརྟགས་པའི་གང་ཟག་གི་བདག་ལ་  
 སོགས་པ་བྱེད་པ་པོ་མིན་པར་གཟིགས་ནས་སེམས་བྱེད་པ་པོར་བསྟན་པའི་ཕྱིར་  
 དུ་ཁྱོད་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ལ་བཞི། གཟུགས་གཙོ་བོ་ཡིན་པ་དགག་  
 པའི་དོན་དུ་བསྟན་པ་དངོས་དང་། དོན་དེ་ལྟར་ངེས་པར་ཁས་སྤངས་དགོས་པའི་  
 རྒྱུ་མཆན་དང་། སེམས་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་དོན་དང་། གཟུགས་གཙོ་བོ་མིན་པའི་  
 རྒྱུ་མཆན་བསྟུས་ཏེ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ཉིད་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ།  
 ཤེས་བྱ་ཆོས་ཙན། ས་བརྒྱུ་པའི་ལུང་དེ་ཕྱི་རོལ་བཀག་པའི་དོན་ཙན་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེ་ཁོན་ཉིད་ཀྱི་རྟོགས་པ་རྒྱས་པ་ལ་སངས་རྒྱས་ཞེས་ཆོག་སྟེ་མ་མི་མཛོན་

པར་བྱས་ནས་བསྐྱད་པ་བཞིན་དུ་གཟུགས་གཙོ་བོ་ཡིན་པ་བཀག་ནས་སེམས་གཙོ་  
 བོར་བསྐྱར་པའི་ཕྱིར་དུ་མདོ་དེ་ལས་སེམས་ཙམ་མོ་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
 གཉིས་པ་ནི། གལ་ཏེ་ཞེས་པ་རྐང་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཙན། ལྷན་པས་མདོ་དེ་  
 ལས་རྣམས་བརྟེན་པ་མ་རིག་པ་དང་འདྲ་བྱེད་ལས་སྐྱེ་བའི་ལྷོས་ཆོས་སུ་  
 གསུངས་པ་མི་རིགས་པར་ཐལ། སེམས་བདེན་པར་མ་གྲུབ་པར་མཐུན་ནས་ཕྱི་  
 རོལ་བཀག་པ་མདོ་དེའི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི། སེམས་ཉིད་ཅེས་པ་  
 རྐང་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཙན། གཟུགས་སེམས་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་སེམས་གཙོ་  
 བོ་ཡིན་པར་ཐལ། ལྷོད་བརྟུད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་རྣམས་སྐྱེ་མོང་དང་སྐྱེ་མོང་མ་ཡིན་  
 པའི་ལས་ལས་བྱུང་ཞིང་། ལས་ཀྱང་སེམས་ཀྱི་བྱུང་པར་འགའ་ཞིག་གི་དབང་  
 གིས་གསོག་པར་བྱེད་ཀྱི་སེམས་མེད་པ་ལ་ལས་གསོག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། བཞི་  
 པ་ནི། གལ་ཏེ་ཞེས་པ་རྐང་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཙན། བཤད་མ་ཐག་པའི་ས་བརྩ་  
 པ་དང་ལང་གཤེགས་ཀྱི་མདོ་དེ་དག་གིས་སེམས་ལས་གཞན་པའི་བདག་ལ་  
 སོགས་པ་བྱེད་པ་བོ་ཡིན་པ་བཀག་གི། བྱི་རོལ་བཀག་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 བདག་ལ་སོགས་པ་བྱེད་པ་བོ་ཡིན་པ་བཀག་པ་དང་། གཟུགས་གཙོ་བོ་ཡིན་པ་  
 བཀག་ནས་སེམས་གཙོ་བོའི་དོན་ཙན་དུ་བསྐྱར་པ་ཙམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ལ་གསུམ། བདེན་གཉིས་གང་དུ་ཡང་དོན་སེམས་ཡོད་མེད་  
 དབྱེ་མི་རྣམས་པར་རིགས་པས་སྐྱབ་པ་དང་། ལུང་ལ་བརྟེན་ནས་ཀྱང་རྟོགས་པར་  
 བྱ་བ་དང་། ལུང་རིགས་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་བདེན་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་བཀག་ནས་

གཞན་དབང་བདེན་པ་བཅི་འབྲུག་པའོ། །དང་པོ་ནི། འཛིག་རྟེན་པ་ཡི་ཞེས་པ་  
 ཀྱང་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་དང་སེམས་གཉིས་ཡོད་མེད་ཀྱི་  
 བྱད་པར་འབྱེད་པ་མི་རིགས་པར་ཐལ། ཐ་སྙད་པའི་ཆད་མའི་ངོར་གཉིས་ཀ་  
 ཡོད་འཕགས་པའི་མཉམ་གཞག་གི་གཟིགས་ངོར་གཉིས་ཀ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 གཉིས་པ་ནི། དེ་དག་ཅེས་པ་ཀྱང་པ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་  
 མེད་ཅིང་སེམས་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་ཡོད་པར་འདོད་པ་མི་རིགས་པར་ཐལ།  
 ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པའི་མདོར་དེ་གཉིས་ཀ་བདེན་པར་བྱུང་པ་བཀག་  
 ཅིང་། ཆོས་མངོན་པའི་མདོ་ལས་དེ་གཉིས་ཀ་རང་སྤྱིའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་  
 བྱུང་པ་མཚུངས་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི། བདེན་གཉིས་ཞེས་པ་  
 ཀྱང་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ལྷ་སྤྲུལ་གྱིས་བཞེད་པའི་བདེན་གཉིས་བཀག་ནས་  
 གཞན་དབང་གི་ཤེས་པ་མི་འབྲུག་པར་ཐལ། གཞན་དབང་བདེན་པ་བཅི་འབྲུག་  
 ཟིན་པའི་ཕྱིར། དེས་ན་གཞན་དབང་བདེན་པ་བར་སྤྲུབ་པའི་ངལ་བ་དོན་མེད་པར་  
 ཐལ། དངོས་པོ་མཐའ་དག་དོན་དམ་པར་མ་སྒྲེས་ཤིང་ཐ་སྙད་དུ་སྒྲེས་པའི་  
 ཕྱིར།

གསུམ་པ་ལ་གསུམ། ཕྱི་རོལ་སྤྲུང་བ་ཡོད་མེད་དེ། ཞེས་སོགས་དྲང་  
 དོན་དུ་བཤད་པ་དང་། དེ་སྤྲུབ་པ་དང་། ཇི་ལྟར་ནད་པ་ན་བལ། ཞེས་སོགས་  
 ཀྱི་ལུང་འདིས་ལུང་སྤྲ་མ་དང་དེ་དང་རིགས་མཚུངས་པ་གཞན་ཡང་དྲང་དོན་དུ་  
 སྤྲུབ་པའོ། །དང་པོ་ནི། མདོ་སྤྱི་ཞེས་པ་ཀྱང་པ་བཞི་སྟེ། ཕྱི་རོལ་སྤྲུང་བ་ཡོད་

མེད་དེ། ཞེས་པ་ནས། སེམས་ཅམ་དུ་ནི་ངས་བཤད་དོ། ཞེས་པའི་བར་གྱི་  
 ལུང་ཆོས་ཅན། བྱི་རོལ་བཀག་པ་མདོ་དཔེ་དོན་ཡིན་ཀྱང་སྤྱིར་བྱི་རོལ་མེད་པར་  
 འགྲུབ་པ་མིན་ཏེ། བྱོད་དོན་ལ་ཞེན་ནས་ཉོན་མོངས་ལྷག་པར་སྤྱི་བ་འགའ་ཞིག་  
 གི་ཆགས་པ་བསྐྱོག་པའི་ཆེད་དུ་སྟོན་པས་དགོངས་ཏེ་གསུངས་པ་ཡིན་གྱི་སྤྱི་ཇི་  
 བཞིན་པ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་ནི། འདི་ནི་ཞེས་པ་རྐང་པ་གཉིས་ཏེ།  
 ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ཇི་སྐད་བཤད་པའི་ལུང་དེ་བྱང་དོན་དུ་ཐལ། དེ་བྱང་དོན་དུ་  
 སྟོན་པས་གསུངས་ཤིང་རིགས་པས་ཀྱང་འཐད་པའི་བྱིར། གསུམ་པ་ལ་  
 གཉིས། དངོས་དང་། བྱང་དོན་དུ་རིགས་པས་སྐྱབ་པའོ། །དང་པོ་ནི། རྣམ་པ་  
 ཞེས་པ་རྐང་པ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། ལུང་སྔ་མ་དེ་དག་བྱང་དོན་དུ་ཐལ།  
 ལུང་དེ་དག་དང་ཀུན་བཏགས་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པ་དང་གཞན་དབང་དང་  
 ཡོངས་གྲུབ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དང་། ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་སོགས་ཡོད་  
 བར་སྟོན་པའི་དགོངས་པ་ངས་འགྲེལ་ལ་སོགས་པའི་མདོ་སྡེ་གཞན་ཡང་ཇི་སྟེར་  
 བད་པ་ཞེས་པའི་ལུང་འདིས་བྱང་དོན་དུ་གསལ་བར་གྲུབ་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་  
 ནི། ཤེས་བྱ་ཞེས་པ་རྐང་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། སྟོན་པས་དང་པོར་དོན་གྱིས་  
 བསྐྱེད་པའི་ཤེས་བྱ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ལ་དགག་པ་མཛད་པའི་རྒྱ་མཚན་  
 ཡོད་དེ། དོན་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་ཤེས་བྱ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་བཀག་ན། ཤེས་  
 པ་རང་བཞིན་མེད་པ་ཡང་རིམ་གྱིས་རྟོགས་པས་དེ་ལྟར་གསུངས་པའི་  
 བྱིར། རིམ་གྱིས་རྟོགས་པར་ཐལ། དོན་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་ན་ཤེས་པ་



རང་བཞིན་མེད་པར་བདེ་བླག་ཏུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། བཞི་བ་ནི། དེ་ལྟར་ཞེས་པ་  
 ཀྱང་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཇི་སྐད་ཆགས་པའི་ལུང་གི་ལོ་རྒྱུས་ལ་བརྟེན་ནས།  
 རྣམ་དབྱེད་ཅན་གྱིས་བྱང་ལེས་གྱི་ཁྱད་པར་རྟོགས་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལ་བརྟེན་  
 རས་རྣམ་དབྱེད་ཅན་གྱིས་དོན་གཞན་དུ་བྱངས་མི་དགོས་པའི་རང་བཞིན་མེད་པར་  
 དངོས་སུ་སྟོན་པའི་མདོ་ལེས་པའི་དོན་དང་། དོན་དེ་ལས་གོང་དུ་གནས་ལུགས་  
 གཞན་ཡོད་པར་བྱངས་ཏེ་ཆགས་དགོས་པའི་མདོ་བྱང་བའི་དོན་དུ་རྟོགས་པར་  
 འགྱུར་བའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་བདག་བཞན་གཉིས་ཀ་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་པ་ལ་གཉིས། སྤར་  
 བཤད་པའི་རིགས་པས་ཞེགས་པར་བསྟན་པ་དང་། རིགས་པ་གཞན་གྱིས་དགག་  
 བའོ། །དང་པོ་ནི། གཉིས་ལས་ཞེས་པ་ཀྱང་པ་གསུམ་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། བདག་  
 བཞན་གཉིས་ཀ་ལས་སྐྱེ་བ་མི་རིགས་པར་ཐལ། དེ་ལ་བདག་བཞན་རེ་རེ་བ་ལས་  
 སྐྱེ་བ་བཀག་པའི་རིགས་པས་གཞོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་རེ་རེ་བ་ལས་ཀྱང་  
 སྐྱེ་བ་དོན་དམ་དུ་བྱུབ་པ་བཀག་པ་དང་ཐ་སྐད་དུ་བྱུབ་པ་བཀག་པའི་རིགས་པས་  
 གཞོད་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། གང་ཕྱིར་ཞེས་པ་ཀྱང་པ་གཅིག་སྟེ། དེ་ཆོས་  
 ཅན། བདག་བཞན་གཉིས་ཀ་ཆོགས་པ་ལས་སྐྱེ་བ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ལ་  
 གྲུལ་རེ་རེ་བ་ལས་སྐྱེ་བ་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར།

བཞི་བ་རྒྱ་མེད་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་པ་ལ་གཉིས། སྤྱིར་དགག་པ་དང་།  
 འཇིག་རྟེན་སྤྱིའི་རྒྱ་འབྲས་མེད་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་དགག་པའོ། །དང་པོ་ལ་

གཉིས། རྒྱ་འབྲས་འཆོལ་བར་ཐལ་བ་དང་། མཐོང་བ་དང་འགལ་བར་ཐལ་  
 བའོ། །དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་ཞེས་བ་རྒྱུད་པ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། རྒྱུ་རྒྱུར་  
 མ་རྒྱུར་ཀུན་ལས་འབྲས་བུར་རྒྱུར་མ་རྒྱུར་ཀུན་སྐྱེ་བར་ཐལ། འབྲས་བུ་ནམས་རྒྱ་  
 མེད་དུ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར། གཉིས་བ་ལ་གཉིས། འཛིག་རྟེན་བ་ནམས་ཞིང་ལས་  
 སོགས་ལ་འབད་བ་བྱེད་བ་མི་འབད་བར་ཐལ་བ་དང་། མ་བྱའི་མདོངས་ཁ་  
 སོགས་མཐོང་དུ་མི་རུང་བར་ཐལ་བའོ། །དང་པོ་ནི། འབྲས་འབྱུང་ཞེས་བ་རྒྱུད་  
 པ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། འཛིག་རྟེན་བ་ནམས་སྟོན་ཐོག་སོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཞིང་  
 ལས་སོགས་ལ་འབད་བ་དོན་མེད་པར་ཐལ། འབྲས་བུ་ཐམས་ཅད་རྒྱ་མེད་དུ་  
 འབྱུང་བའི་ཕྱིར། གཉིས་བ་ནི། གལ་ཏེ་ཞེས་བ་རྒྱུད་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན།  
 འགྲོ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནམ་མཁའི་ཤུལ་ལྟར་མདོན་སུམ་ཆད་མས་བཟུང་  
 དུ་མི་རུང་བར་ཐལ། འགྲོ་བ་འདི་དག་ཀུན་རྒྱས་སྤོང་བའི་ཕྱིར། དེས་ན་རྒྱུད་  
 འཕེན་བྱོད་རང་གི་སྡོ་སོགས་སྤང་བའི་སྡོ་ལྟར་འགྲོ་བ་འདི་ཀུན་ཡང་རྒྱ་ལས་བྱུང་  
 བར་ཐལ། དེ་ལྟ་མིན་ན་ཇི་སྟངས་ཅན་པའི་སྟོན་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། གཉིས་བ་  
 ལ་གསུམ། རྒྱུད་འཕེན་འཛིག་རྟེན་པ་རོལ་གྱི་བྱུང་ཚུལ་ལ་སྟོངས་པའི་རྒྱ་མཆན་  
 དང་། འཛིག་རྟེན་པ་རོལ་འགོག་པའི་ཆོ་ལོག་ལྟ་ཅན་དུ་རྟགས་ཀྱིས་བྱུང་བ་  
 དང་། དེའི་དཔེ་མ་གྲུབ་བ་སྤོང་བའོ། །དང་པོ་ནི། འབྱུང་བ་ཞེས་བ་རྒྱུད་པ་བཞི་  
 སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། རྒྱུད་འཕེན་ཕྱིན་ཏུ་སྤྱོད་པའི་འཛིག་རྟེན་པ་རོལ་ལ་སྟོངས་པའི་  
 རྒྱ་མཆན་ཡོད་དེ། ཕྱིན་ཏུ་རགས་པའི་འབྱུང་བ་བཞིའི་གནས་ལུགས་ལ་ཡང་

ཕྱིན་ཅི་ལོག་དུ་སྒྲོང་ས་ཤིང་མཐོང་བའི་རྒྱ་ཅམ་ཁོ་ན་ལས་འབྱུང་བར་འདོད་པའི་  
 ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། འཇིག་རྟེན་ཞེས་པ་རྒྱང་པ་བཞི་སྟེ། རྒྱང་འཕེན་ཆོས་ཅན།  
 འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་འགོག་པའི་ཆོ་ལོག་ལྷ་ཅན་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཆོ་ལོག་ལྷའི་རྣམ་  
 པའི་རྟེན་དུ་མཚུངས་པའི་ལུས་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན་འབྱུང་བཞི་བདེན་  
 པར་ཁས་ལེན་པ་དེའི་ཆོ་བཞིན་ནོ། །གསུམ་པ་ནི། འབྱུང་བ་ཞེས་པ་རྒྱང་པ་བཞི་  
 སྟེ། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། སྤར་མ་བཀག་པའི་འབྱུང་བ་བདེན་པ་བར་བྱུང་བ་རུང་  
 ཟད་ཀྱང་མེད་པར་ཐལ། གོང་དུ་འབྱུང་བ་བདེན་པ་བ་བཀག་ཟིན་པའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། མཐའ་བཞིའི་སྟེ་བ་བཀག་པའི་སྟོ་ནས་དངོས་པོ་མཐའ་དག་རང་གི་  
 མཚན་ཉིད་ཀྱིས་སྟེ་བ་རྒྱས་པར་བཀག་ཟིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་དེས་ན་རང་བཞིན་གྱིས་དཔེན་པར་བསྟན་པ་ལ་གཉིས།  
 དངོས་དང་། རྩོད་སྒྲོང་ངོ་། །དང་པོ་ནི། གང་ཕྱིར་ཞེས་པ་རྒྱང་པ་གཉིས་སྟེ།  
 དངོས་པོ་རྣམས་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་སྟེ་བ་དང་བྲལ་ཏེ། མཐའ་བཞིའི་སྟེ་  
 བས་སྟོང་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ལ་གཉིས། དངོས་པོ་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་  
 མེད་ན་གྱིས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་དེ་ཉིད་རྟོགས་པར་ཐལ་བ་སྟོང་བ་  
 དང་། རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་མེད་ན་མོ་གཤམ་གྱི་བུ་བཞིན་དུ་ཐ་སྟད་དུ་ཡང་  
 མེད་པར་ཐལ་བ་སྟོང་བའོ། །དང་པོ་གསུམ། དེ་ཁོ་ཉིད་ཡོད་བཞིན་དུ་མི་རྟོགས་  
 པའི་རྒྱ་མཚན་དང་། མ་དེག་པའི་དབང་གིས་ཡུལ་རྣམས་ལོག་པར་སྤང་བའི་རྒྱ་  
 མཚན་དང་། ཡུལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་རྟོགས་པ་ལས་འབྲུལ་བ་དེ་དག་ལྗོངས་

བར་བསྐྱེད་བའོ། །དང་པོ་ནི། གང་གིས་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་  
 ཅན། དངོས་པོ་མཐའ་དག་གཏོད་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་དབེན་པར་བྱིས་པ་རྣམས་  
 གྱིས་མངོན་སུམ་ཆོད་མས་མི་རྟོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། ཆར་སྒྲིན་འབྲུག་པོ་  
 ལྟ་བུའི་དངོས་པོ་བདེན་པར་འཛིན་པའི་གཏི་མུག་གི་སྒྲིབ་པའི་དབང་གིས་མི་  
 རྟོགས་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། ཇི་ལྟར་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན།  
 བྱིས་པ་རྣམས་གྱིས་རབ་རིབ་གྱི་མཐུས་སྒྲིབ་པ་སོགས་ལྟར་ཡུལ་གྱི་  
 གནས་ལུགས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་མཐོང་བའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། བྱིས་པ་རྣམས་གཏི་  
 མུག་གི་དབང་གིས་རྒྱུད་བཅེངས་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི། གལ་ཏེ་ཞེས་པ་རྒྱུ་  
 པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཇི་སྐད་བཤད་པའི་འབྲུལ་པ་ལྟོག་པ་ལ་ཡུལ་གྱི་གནས་  
 ལུགས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་རྟོགས་དགོས་ཏེ། མི་མཁས་པ་རྣམས་གཏི་མུག་གི་  
 དབང་གིས་དགེ་མི་དགེའི་ལས་མངོན་པར་འདུ་བྱས་ནས་འཁོར་བར་འཁོར་  
 ལ། མཁས་པ་རྣམས་སྟོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་ནས་འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་  
 བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ལ་རྩོད་པ་དང་ལན་ནོ། །དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་  
 ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ། དངོས་པོ་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་ན་མོ་གཤམ་གྱི་བུ་  
 བཞིན་དུ་ཐ་སྐད་དུ་མེད་པར་འགྱུར་ན་ཐ་སྐད་དུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རང་བཞིན་གྱིས་  
 ཡོད་དོ་ཞེ་ན། ལན་ལ་གསུམ། ཁོ་བོ་ཅག་ལ་ལྟན་ཀ་དེ་མི་རིགས་པ་དང་། མི་  
 རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་། དངོས་པོ་རྣམས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་མ་བྱུང་བ་ཀྱང་ཐ་སྐད་  
 དུ་མོ་གཤམ་གྱི་བུ་དང་མི་མཚུངས་པའི་དོན་བསྐྱེད་བའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ།

ཐོག་མར་རབ་རིབ་ཅན་ལ་བཀལ་ཞིང་བརྟགས་པར་བྱ་རིགས་པ་དང་། ཡིད་ནང་  
 ཏུ་བསྐྱུས་ནས་ཁྱོད་རང་གི་སྒོ་ལ་བྱུང་བའི་སྒྲུ་ཚུལ་ལ་བཀལ་བརྟག་བྱ་རིགས་པ་  
 དང་། དེ་ལྟར་བརྟགས་ན་ཁྱོད་རང་གིས་བཀོད་པའི་བྱུང་པ་དེ་ཁྱོད་རང་ཉིད་ལ་  
 མ་ངེས་པའོ། །དང་པོ་ནི། གང་དག་ཅེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཇི་  
 སྐད་ལའད་པའི་རྩོད་པ་དེ་ཐོག་མར་རབ་རིབ་ཅན་ལ་བརྩད་པར་བྱ་སྟེ། ཐོག་མར་  
 རབ་རིབ་ཀྱིས་མིག་ཉམས་པ་ལ་རབ་རིབ་ཅན་ཁྱོད་ཀྱིས་རང་བཞིན་མེད་པར་  
 མཚུངས་པའི་སྒྲུ་ལད་མཐོང་ནས་མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་མ་མཐོང་བའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡིན་  
 ཞེས་བརྩད་པར་གྱིས་ལ། བྱིན་ས་མ་རིག་པའི་རབ་རིབ་ཅན་ལ་རང་བཞིན་མེད་  
 པར་མཚུངས་པའི་མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་མ་མཐོང་པར་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་མཐོང་  
 ཞེས་བརྩད་དགོས་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་ནི། གལ་ཏེ་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ། དེ་  
 ཆོས་ཅན། དངོས་སྒྲུ་བ་ཁྱོད་རང་ཉིད་ཀྱི་སྒོ་ལ་ཡང་བཀལ་ཞིང་བརྟགས་པར་བྱ་  
 པར་ཐལ། ཇི་སྐད་ལའད་པའི་རྩོད་པ་དེ་དངོས་སྒྲུ་བ་ཁྱོད་རང་གི་སྒོ་ལ་དྲིས་ལ་  
 ཁྱོད་ཀྱིས་མི་སྲིད་པའི་དོན་མི་ལམ་སོགས་སུ་མཐོང་ལ་མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་མ་མཐོང་  
 ཞེས་བརྩད་པར་མི་བྱ་ཞིང་། དེ་མི་རིགས་པར་གྲུབ་ན་བྱིས་ངེད་ལ་ཡང་བཀལ་  
 ཞིང་བརྟགས་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར། གསུམ་པ་ནི། དེ་ཉིད་ཅེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་  
 སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། དེ་ལྟར་བརྟགས་པ་ན་རྩོད་པ་དེའི་བྱུང་པ་ཁྱོད་རང་ཉིད་ལ་མ་  
 ངེས་པར་ཐལ། ཁྱོད་རང་གི་སྒོས་རང་བཞིན་གྱིས་སྒྲེབ་མེད་པར་མཚུངས་པའི་  
 གཟུགས་ལ་སོགས་པ་མཐོང་གི་མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་མ་མཐོང་བའི་བྱིར། གཉིས་པ་

ལ་གཉིས། བདེན་པ་གཉིས་ཆར་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་པ་དང་། དེའི་རྒྱ་  
མཚན་ནི། །དང་པོ་ནི། མོ་གཤམ་ཞེས་པ་རྒྱུ་བ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཁོ་པོ་  
ཅག་དབུ་མ་པས་གཟུགས་སོགས་ཀུན་རྫོབ་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བར་ཁས་  
སྤངས་ནས་དོན་དམ་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་འགོག་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མོ་  
གཤམ་གྱི་བུ་བདེན་པ་གཉིས་ཆར་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་པ་བཞིན་དུ་  
གཟུགས་སོགས་ཀྱང་དེ་ལྟར་ཁས་ལེན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། དེ་ཕྱིར་ཞེས་པ་  
རྒྱུ་བ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། འདུས་བྱས་བདེན་པ་གཉིས་ཆར་དུ་རང་བཞིན་  
གྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་པར་ཐལ། མདོ་ལས་ཆོས་ཐམས་ཅད་དུས་གསུམ་དུ་རང་བཞིན་  
གྱིས་སྐྱེ་བར་ངེས་པའི་དོན་དུ་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི། བུ་མ་སོགས་  
ཞེས་པ་རྒྱུ་བ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། དངོས་སོ་རྣམས་རང་བཞིན་མེད་ན་ཐ་སྟོད་  
དུ་ཡང་མེད་པ་མོ་གཤམ་གྱི་བུ་དང་མཚུངས་པའི་སྐྱོན་མེད་པར་ཐལ། དངོས་སོ་  
འདི་རྣམས་འཕགས་པའི་མཉམ་གཞི་གི་གཟིགས་ངོར་མེད་ཅིང་ཐ་སྟོད་པའི་  
ཆད་མའི་ངོར་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་ཀུན་རྫོབ་པའི་སྐྱེ་བ་རྟེན་འབྲེལ་དུ་བསྟན་པ་ལ་གསུམ། དངོས་  
སོ་རྣམས་མཐའ་བཞིའི་སྐྱེ་བ་དང་བྲལ་བས་ལྟོས་ཆོས་ཅམ་གྱིས་སྐྱེ་བར་བསྟན་པ་  
དང་། རྟེན་འབྲུང་རང་བཞིན་མེད་པར་སྐྱེ་བ་པའི་རིགས་པས་ལྟངས་མཐའ་དག་  
འགོག་ཀུས་པ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན་མཐར་འཛིན་གྱི་རྟོག་པ་མི་འཐད་  
པར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། གང་ཕྱིར་ཞེས་པ་རྒྱུ་བ་བཞི་སྟེ། དངོས་སོ་ཆོས་

ཅན། ལྷོས་ཚོས་ཅམ་གྱིས་སྐྱེ་བར་ཐལ། མཐའ་བཞི་དང་བྲལ་བའི་སྒོན་སྐྱེ་  
 བའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། གང་ཕྱིར་ཞེས་པ་རྟེན་པ་བཞི་སྟེ། ཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན།  
 རྟོན་འབྱུང་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་པའི་རིགས་པ་འདིས་ལྷ་ངན་གྱི་བྱ་བ་  
 མཐའ་དག་གཅོད་པར་ཐལ། སྐྱོང་བ་རྟོན་འབྱེལ་གྱི་དོན་དུ་ཆད་མས་རྟོགས་ན་  
 དངོས་པོ་མཐར་འཛིན་གྱི་རྟོག་པས་བབྱུང་བའི་དོན་དེ་དག་ཏུ་བརྟག་མི་རུས་པའི་  
 ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི། རྟོག་རྣམས་ཞེས་པ་རྟེན་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཚོས་ཅན། མཐར་  
 འཛིན་གྱི་རྟོག་པས་ཇི་ལྟར་བབྱུང་བ་རྣམས་མི་འཐད་པར་ཐལ། དངོས་པོ་རང་  
 བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན་རྟོག་པ་དེ་དག་འཐད་ཀྱང་བྱུང་ཡིང་མེད་ན་མེ་མེད་པ་བཞིན་དུ་  
 དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་དབྱུང་བའི་ཕྱིར། བཞི་པ་རིགས་པས་  
 རྣམ་པར་དབྱུང་བའི་དགོས་པ་བསྟན་པ་ལ་བཞི། མཐར་འཛིན་གྱི་རྟོག་པ་ལྡོག་པ་  
 དེའི་དགོས་པར་བསྟན་པ་དང་། སྒོ་བ་དཔོན་གྱིས་རང་བཞིན་ཡོད་མེད་ཀྱི་  
 དབྱུང་བ་རྒྱས་པར་མཛད་པ་ཚོད་པ་ལྟར་ལེན་གྱི་ཆེད་དུ་མཛད་པ་མ་ཡིན་པ་  
 དང་། ཞར་ལ་ལྷ་བ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཁེགས་པ་བསྟན་བཅོས་མཛད་པ་པོའི་སྒྲིན་མིན་  
 པ་དང་། ཚོད་པ་ལྟར་ལེན་གྱི་ཆེད་དུ་དབྱུང་བ་བྱེད་མི་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནོ།

དང་པོ་ནི། སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་ཞེས་པ་རྟེན་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཚོས་ཅན། མཐར་  
 འཛིན་གྱི་རྟོག་པ་རྣམས་ལྡོག་པ་སྒོ་བ་དཔོན་གྱིས་དབྱུ་མའི་བསྟན་བཅོས་སུ་བཤད་  
 པའི་རྣམ་པར་དབྱུང་བའི་འབྲས་བུར་འབྱུར་ཏེ། སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་རྣམས་མཐར་འཛིན་  
 གྱི་རྟོག་པས་བཅིངས་པ་འཁོར་བར་འཁོར་ལ། རྣམ་འབྱོར་པ་རྣམས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་

རྟོགས་པས་གོལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། བསྐྱེད་བཅོས་ཞེས་པ་རྟེན་  
 པ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། སློབ་དཔོན་གྱིས་དབུ་མའི་བསྐྱེད་བཅོས་སུ་  
 དབྱུང་བ་མཛད་པ་རྣམས་ཙོད་པ་ལྟར་སྒྲུངས་ནས་གཞན་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པའི་  
 ཆེད་དུ་མཛད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གདུལ་བྱ་རྣམས་ཀྱིས་རྣམ་གྲོལ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་དུ་  
 མཛད་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི། གལ་ཏེ་ཞེས་པ་རྟེན་པ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན།  
 སློབ་དཔོན་གྱིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གཏན་ལ་ཕབ་པའི་སློབས་ཀྱིས་ལྟ་བ་ངན་པའི་  
 ལུགས་རྣམས་ཉམས་པ་སློབ་དཔོན་གྱི་སྦྱོན་དུ་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་རྣམས་དངོས་  
 པོའི་གནས་ལུགས་ལས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ཞུགས་པའི་སློབས་ཀྱིས་ཉམས་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། བཞི་པ་ནི། རང་གི་ཞེས་པ་རྟེན་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཆགས་  
 སྒྲུང་བསལ་ནས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་དབྱེད་པར་རིགས་ཀྱི་ཙོད་པ་ལྟར་ལེན་གྱི་ཆེད་དུ་  
 བྱེད་པ་མི་རིགས་ཏེ། ཆགས་སྒྲུང་བསལ་ནས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་དབྱེད་ན་མུར་དུ་  
 གོལ་བར་འགྱུར་ལ། རང་སྟོགས་ལ་ཆགས་པ་དང་། གཞན་སྟོགས་ལ་སྒྲུང་  
 བས་ཀྱན་ནས་བསྒྲུངས་ཏེ་དབྱེད་ན་ཉོན་མོངས་ལྷག་པར་ཡང་འཕེལ་བའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྒྱས་པར་མཁུང་བ་ལ་གཉིས། གང་  
 ཟག་གི་བདག་འགོག་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་། དེ་དགག་པ་དངོས་སོ། །དང་  
 པོ་ནི། ཉོན་མོངས་ཞེས་པ་རྟེན་པ་བཞི་སྟེ། གོལ་བ་དོན་གཉིས་ཀྱི་རྟོགས་ལྡན་  
 སྒྲིམ་བུ་ཆོས་ཅན། བདག་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་ཐོག་མར་གང་ཟག་གི་བདག་འགོག་  
 དགོས་ཏེ། ཆགས་སོགས་ཉོན་མོངས་དང་སྒྲིམ་ལ་སོགས་པའི་སྦྱོན་རྣམས་ཀྱི་ཙོད་



བ་འཛིག་ཚོགས་ལ་ལྷ་བ་དང་། གང་ཟག་གི་བདག་ཀྱང་འཛིག་ལྷའི་ཞེན་ཡུལ་དུ་  
 མཐོང་ཞིང་ཚོས་ཀྱི་བདག་མེད་ལས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པར་སྒྲ་བའི་  
 སྤྱིར། གཉིས་པ་ལ་གསུམ། གང་ཟག་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བ་བཀག་པ་  
 དང་། སྤང་བོ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་བཏགས་ཡོད་དུ་བསྟན་བ་དང་། བྱང་  
 པར་དུ་རྒྱ་འབྲས་པན་ཚུན་ལྷོས་པའི་བཏགས་ཡོད་དུ་སྒྲུབ་པའོ། །དང་བོ་ལ་  
 གཉིས། དགག་པ་རྒྱས་པར་བསྟན་བ་དང་། མཐུག་བསྟུ་བའོ། །དང་བོ་ལ་  
 གསུམ། སྤང་བོ་ལས་དོན་གཞན་པའི་བདག་དང་དངོས་པོ་གཅིག་པའི་ཕྱ་གཉིས་  
 དགག་པ་དང་། རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་ཕྱ་གཉིས་དགག་པ་དང་། བརྗོད་དུ་མེད་  
 པའི་བདག་དགག་པའོ། །དང་བོ་ལ་གཉིས། སྤང་བོ་ལས་དོན་གཞན་པའི་  
 བདག་དགག་པ་དང་། རོ་བོ་གཅིག་པའི་བདག་དགག་པའོ། །དང་བོ་ལ་  
 གཉིས། གཞན་སྤེའི་ལུགས་བརྗོད་པ་དང་། དེ་དགག་པའོ། །དང་བོ་ནི། ཟེ་  
 ཞེས་པ་རྐང་པ་བཞི་སྟེ། གངས་ཅན་པས་ཤེས་བྱ་ཉི་ཤུ་ཅུ་ལྟར་གངས་ངེས་བྱས་  
 ནས་རྩ་བཞི་བེམ་པོ་དང་། ཅུ་ལྟ་པ་རིག་པ་དང་། རིག་པ་དེ་ཉིད་གང་ཟག་གི་  
 བདག་ཏུ་འདོད་དེ། དེ་ཡང་རྣམ་སྤྲིན་ཟ་བ་པོ་དང་། རྟག་པའི་དངོས་པོ་དང་།  
 འབྲས་བུ་བྱེད་པ་པོ་མིན་པ་དང་། བདེ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་བདག་ཉིད་  
 དུ་མེད་པ་དང་། འགྲོ་འོང་གི་བྱ་བ་མེད་པའི་བྱད་ཚོས་ལྷས་བྱད་པར་དུ་བྱས་  
 པར་འདོད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་བྱེད་བྱག་པ་སོགས་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དབྱེ་བ་མི་  
 འདྲ་བ་རྩུང་ཟད་ཅམ་རེ་ལ་བརྟེན་ནས་འདོད་ལུགས་སོ་སོ་ཟ་དད་པར་འགྱུར་

རོ། །དེ་རྣམས་ཀྱི་ལུགས་གཅིག་མིན་པར་རང་རང་གི་ལུགས་སུ་སྐྱུ་བ་པའི་  
དབང་དུ་བྱས་ན། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ལུ་སྟེགས་པ་རྣམས་ཀྱི་གང་ཟག་གི་བདག་  
འདོད་ལུགས་སོ་སོ་ཐ་དད་པར་འགྱུར་ཏེ། གངས་ཅན་གྱིས་ཤེས་པས་བསྐྱེད་  
པའི་བྱང་ཆོས་ལྟ་ལྟར་དུ་འདོད་ལ། ཁ་ཅིག་བཅ་པོས་བསྐྱེད་པའི་བྱེད་པ་པོ་  
སོགས་སུ་འདོད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ལ་གསུམ། གང་ཟག་གི་བདག་གི་ངོ་བོ་དགག་པ་དང་། བྱང་  
པར་དགག་པ་དང་། རར་འཛིན་ལྟན་སྐྱེས་ཀྱི་ཞེན་གཞིར་མི་རུང་བའོ། །དང་པོ་  
ནི། མོ་གཤམ་ཞེས་པ་རྒྱང་པ་བཞི་སྟེ། གང་ཟག་ཆོས་ཅན། ཕྱི་རོལ་པས་ཇི་ལྟར་  
བརྟགས་པ་ལྟར་གྱི་བདག་གི་ངོ་བོར་མེད་དེ། མོ་གཤམ་བུ་ལྟར་རང་གི་མཚན་  
ཉིད་ཀྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེ་ཆོས་ཅན། རར་འཛིན་ལྟན་སྐྱེས་ཀྱི་ཞེན་གཞིར་  
མི་རིགས་པར་ཐལ། རྟག་པ་གཅིག་བུ་རང་དབང་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དོན་དམ་  
དུ་བྱུང་པ་ལྟ་ཞོག་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡོད་པར་འདོད་མི་རིགས་པར་ཐལ། རྟགས་སྒྲ་མ་  
དེའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ལ་གཉིས། ཕྱི་རྒོལ་རང་ལ་གྲགས་པའི་བྱུང་བྱེད་མ་  
དམིགས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་དགག་པ་དང་། སྒྲ་རུང་མ་དམིགས་པས་དགག་  
པའོ། །དང་པོ་ནི། གང་བྱིར་ཞེས་པ་རྒྱང་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཕྱི་རོལ་པའི་  
བསྟན་བཅོས་དེ་དང་དེ་ལས་ལུ་སྟེགས་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་པའི་བདག་གི་བྱང་པར་  
རྟག་གཅིག་སོགས་དེར་ཡང་བྱོད་མ་བྱུང་སྟེ། བྱོད་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་མ་  
སྐྱེས་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། དེ་བྱིར་ཞེས་པ་རྒྱང་པ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན།

ཡུང་པོ་དང་རང་གི་མཚན་ཉིད་གྱིས་བྱུང་བའི་གཞན་དུ་མེད་དེ། དེ་ལྟར་ཡོད་ན་  
དམིགས་སུ་རུང་བ་ལས་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི། འཛིག་རྟེན་ཞེས་  
བ་རྒྱུ་བ་དུག་སྟེ། ཞེས་བྱ་ཆོས་ཅན། རྟག་གཅིག་རང་དབང་ཅན་གྱི་བདག་ངར་  
འཛིན་ལྟན་སྐྱེས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་མི་རུང་བར་ཐལ། དེ་ལ་སློཁ་མ་སྟོགས་པའི་བདག་  
ལྟ་ལྟན་སྐྱེས་དང་ལྟན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བསྐྱལ་བ་མང་པོར་དུད་  
འགོར་ལུ་གྱ་རྒྱུད་དུ་སྐྱེ་བ་སྦངས་པའི་གང་ཟག་དེ་དག་ལ་ཡང་ངར་འཛིན་ལྟན་  
སྐྱེས་མཐོང་བའི་ཕྱིར། དེས་ན་ཡུང་པོ་ལས་དོན་གཞན་གྱི་བདག་མེད་པར་ཐལ།  
དེ་ཡོད་པ་ལ་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་རིགས་པས་གཞོད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ཡུང་པོ་དང་ལོ་བོ་གཅིག་པའི་བདག་དགག་པ་ལ་གཉིས།  
འདོད་པ་བཞེད་པ་དང་། དེ་དགག་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཡུང་པོ་ཞེས་སོགས་རྒྱུ་  
བ་བཞི་སྟེ། རང་སྟེ་ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཇི་སྐད་བཤད་པའི་རིགས་པས་གཞོད་པས་  
ཡུང་པོ་ལས་དོན་གཞན་པའི་བདག་མེད་པའི་ཕྱིར་ངར་འཛིན་ལྟན་སྐྱེས་ཀྱི་  
དམིགས་པ་ཡུང་པོ་ཁོན་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་ཁ་ཅིག །ཡུང་པོ་ལྷ་ཆ་བདག་གི་མཚན་  
གཞི་དང་། ཁ་ཅིག སེམས་གཅིག་སུ་བདག་གི་མཚན་གཞིར་འདོད་དོ།

གཉིས་པ་ལ་བཞི། གཞོད་བྱེད་བཞེད་པ་དང་། ཡུང་པོ་བདག་ཡིན་པ་  
རང་སྟེས་དངས་པའི་མདོའི་དགོངས་པར་མི་རུང་བ་དང་། བདག་ཡུང་པོ་ལ་  
བརྟེན་ནས་བདགས་པར་མདོ་གཞན་གྱིས་སྐྱབ་པ་དང་། འཛིག་ལྟ་སྦྱང་དུ་མི་རུང་  
བར་ཐལ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། རྣམ་གཞག་ཐམས་ཅད་འཆོལ་བར་ཐལ་བ་

དང་། གྲེ་བྲག་རྩ་ཐར་པ་ཐོབ་མི་སྲིད་པར་ཐལ་བའོ། །དང་པོ་ལ་བཞི། གཅིག་  
 དང་དུ་མ་འཆོལ་བར་ཐལ་བ་དང་། གཉིས་པོས་སྤང་བྱ་སྤྲོང་ཚུལ་འཆོལ་བར་  
 ཐལ་བ་དང་། ལས་འབྲས་འཆོལ་བར་ཐལ་བ་དང་། ལུང་མ་བསྐྱེད་གྱི་ལྟ་བ་  
 འཆོལ་བར་ཐལ་བའོ། །དང་པོ་ནི། གཤམ་ཏེ་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་  
 ཅན། གང་ཟག་གཅིག་དུས་གཅིག་རྩ་གང་ཟག་དུ་མར་འབྱུང་བར་ཐལ། ལུང་པོ་  
 ལྟ་གང་ཟག་དང་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ལ་གཉིས། འཛིག་ལྟ་ས་བོན་  
 ཆད་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྤང་རུང་མ་ཡིན་པར་ཐལ་བ་དང་། ཆད་ལྟ་ལ་བརྟེན་པའི་  
 མཐར་ལྟ་སྤང་བྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ་བའོ། །དང་པོ་ནི། བདག་ནི་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་  
 གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། བདག་ཇུས་ཡོད་དུ་ཐལ། བདེན་པར་བྱུང་བའི་ཕྱིར།  
 འདོད་ན། འཛིག་ལྟ་ཀུན་རྩ་མི་འབྱུང་བའི་ཚུལ་གྱིས་སྤང་བྱ་མིན་པར་འདུན་པའི་  
 འདོད་ཆགས་སྤངས་པའི་ཚུས་གྱིས་སྤང་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྤང་བྱ་ཡིན་པ་  
 གང་ཞིག། །ཇུས་ལ་འདུག་པས་འཛིན་སྤངས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 གཉིས་པ་ནི། བྱ་ངན་འདས་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་གཅིག་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཆད་ལྟ་ལ་  
 བརྟེན་པའི་མཐར་ལྟ་སྤྲོད་ཕྱིན་ཅི་ལོག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འཛིག་ལྟ་ས་བསྐྱེད་པའི་  
 བདག་སྤར་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་ཡོད་ལ་ཕྱིས་བྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་ཆོ་མཉེན་  
 པ་འཐད་ལྡན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་མ་བྱུང་ན་བདག་ལུང་གཅིག་ཡིན་པ་ཉམས་  
 སོ། །གསུམ་པ་ལ་གསུམ། ལས་བྱས་པ་ཆུད་ཟོས་པར་ཐལ་བ་དང་། མ་བྱས་  
 པ་དང་འབྲད་པར་ཐལ་བ་དང་། སྤྲོན་སྤྲོང་དགག་པའོ། །དང་པོ་ནི། བྱ་ངན་

འདས་ཞེས་པ་རྒྱུད་པ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། ལྷ་པོ་ལས་འདས་པའི་སྤྲོན་  
 རོལ་གྱི་གང་ཟག་རང་གི་མཚན་ཉིད་གྱིས་སྐྱེ་འཛིག་བྱེད་པར་ཐལ། དེའི་ཆོ་བུང་  
 པོ་རང་གི་མཚན་ཉིད་གྱིས་སྐྱེ་འཛིག་བྱེད་པའི་བྱིར། འདོད་ན། གང་ཟག་སྤྲུལ་  
 རང་གི་མཚན་ཉིད་གྱིས་ཐ་དད་པར་ཐལ་ལོ། །དེ་འདོད་ན། ལས་བྱས་པ་ཆུད་  
 རྩོས་པར་ཐལ། རྣམ་སྤྲིན་སྤྱོད་པའི་གང་ཟག་དང་འབྲེལ་བ་ཅན་གྱི་ལས། བྱེད་  
 པ་པོ་མེད་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་ནི། གཞན་གྱིས་ཞེས་པ་རྒྱུད་པ་གཅིག་སྟེ། དེ་  
 ཆོས་ཅན། གཞན་གྱིས་བསགས་པའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་གཞན་གྱིས་ཟ་བར་  
 རིགས་པར་ཐལ། འབྲས་བུ་སྤྱོད་པ་པོ་དང་ལས་གསོག་པ་པོ་རང་གི་མཚན་ཉིད་  
 གྱིས་ཐ་དད་པའི་བྱིར། གསུམ་པ་ལ་རྩོད་པ་ནི། དེ་ཉིད་ཅེས་པ་རྒྱུད་པ་གཅིག་སྟེ།  
 སྐད་ཅིག་སྤྲུལ་བྱེད་ཆུད་གཅིག་ཡིན་པས་ཇི་སྐད་ལའད་པའི་སྤྲོན་མེད་དོ་ཞེས། དེའི་  
 ལན་དུ་མཐུག་བསྐྱུ་བ་ནི། སྤྲུལ་རྣམས་ཞེས་པ་རྒྱུད་པ་གཉིས་ཏེ། ཆུན་ཅན་རང་གི་  
 མཚན་ཉིད་གྱིས་ཐ་དད་པ་ལ་ཆུད་གཅིག་པ་མི་རུང་བར་ཐལ། དེ་ལ་གོང་དུ་ཉེས་  
 པ་ལའད་ཟིན་པའི་བྱིར། དེས་ན་བདག་ཕྱང་དོ་པོ་གཅིག་ཏུ་མི་རུང་བར་ཐལ།  
 ལའད་ཟིན་པའི་ཉེས་པར་འགྱུར་པའི་བྱིར། བཞི་པ་ནི། འཛིག་རྟེན་ཞེས་པ་རྒྱུད་  
 པ་གཅིག་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། བདག་ཕྱང་དོ་པོ་གཅིག་ཏུ་མི་རུང་བར་ཐལ། དེ་ལྷ་  
 ན་རང་སྟེ་ཐམས་ཅད་གྱིས་འདོད་པའི་བདག་དང་འཛིག་རྟེན་མཐའ་དང་ལྷན་མི་  
 ལྷན་སོགས་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ལུང་བསྟན་ཏུ་མེད་པའི་ལུང་མ་བསྟན་གྱི་ལྷ་བའི་  
 རྣམ་གཞག་ཉམས་པར་འགྱུར་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། བདེན་པ་མཐོང་བའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ལོག་ལྟ་ཅན་དུ་  
 ཐལ་བ་དང་། ཉོན་མོངས་མི་སྤྱོད་བར་ཐལ་བའོ། །དང་པོ་ནི། བྱོད་གྱི་ཞེས་པ་  
 ཀྱང་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། བདེན་པ་མཐོང་བའི་རྣལ་འབྱོར་པས་ཕྱང་པོའི་  
 དངོས་པོ་རྣམས་མེད་པར་རྟོགས་པར་ཐལ། བདག་མེད་པར་རྟོགས་པའི་ཕྱིར།  
 དེ་ཆོས་ཅན། དངོས་པོར་སྤྱོད་བྱོད་གྱི་ལྟར་ན་སེམས་སམ་ཕྱང་པོ་ལྟ་གཤག་ཏུ་  
 མི་རིགས་པར་ཐལ། རྣལ་འབྱོར་པས་བདག་མཐོང་དག་མེད་པར་མཛོན་སུམ་དུ་  
 རྟོགས་པའི་ཆོ་རྟག་གཅིག་རང་དབང་ཅན་གྱི་བདག་མེད་པར་རྟོགས་གྱི། ཕྱང་པོ་  
 མེད་པར་རྟོགས་པར་བྱོད་མི་འདོད་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། བྱོད་གྱི་ཞེས་པ་  
 ཀྱང་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། བདེན་པ་མཐོང་བའི་རྣལ་འབྱོར་པས་ཕྱང་པོའི་དེ་  
 ཁོ་ན་ཉིད་མཛོན་སུམ་དུ་མ་རྟོགས་པར་ཐལ། རྟག་གཅིག་རང་དབང་ཅན་གྱི་  
 བདག་མེད་པར་རྟོགས་པ་ཙམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ཆོས་ཅན། བདེན་པ་མཐོང་  
 བའི་རྣལ་འབྱོར་པ་དེ་ལ་ཉོན་མོངས་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་འགྱུར་བར་  
 ཐལ། གཟུགས་རང་གི་མཚན་ཉིད་གྱིས་གྲུབ་པ་ལ་དམིགས་ནས་འབྱུག་ཅིང་།  
 གཟུགས་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ལ་གཉིས། ཅོད་པ་  
 དང་། ལན་ནོ། །དང་པོ་ནི། གང་གིས་ཞེས་པ་ཀྱང་པ་གཉིས་ཏེ། གང་སུ་དག་  
 གཅིག་བདག་གོ་སྟུམ་དུ་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་ལྟ་བུ་དེ་དག་ནི། ཉེ་བར་ལེན་པའི་  
 ཕྱང་པོ་ལྟ་པོ་འདི་དག་ཁོ་ན་ལ་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་བལྟ་བོ། །ཞེས་གསུངས་  
 པས། ཕྱང་པོ་ཉིད་བདག་ཏུ་འདོད་དོ་ཞེ་ན། ལན་ལ་གསུམ། བདག་ཕྱང་རང་



ཐལ། བདག་ཉིད་བདག་གི་མགོན་དང་དབང་པོ་སོགས་སུ་གསུངས་ལ།  
 ཚོགས་པ་ཇུས་སུ་མེད་ཅིང་ཁྱོད་ལྟར་ན་ཇུས་སུ་མེད་པ་མགོན་སོགས་སུ་མི་འཐད་  
 པའི་ཕྱིར། དེ་ཚོས་ཅན། སྤང་པོའི་ཚོགས་པ་བདག་ཏུ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་  
 ལྟ་ན་ཤིང་རྟའི་ཡན་ལག་ཚོགས་པ་ཤིང་རྟར་འགྱུར་དགོས་ལ་དེ་ལ་འོག་ནས་  
 གནོད་པ་སྟོན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། མདོ་ལས་ཞེས་པ་རྒྱུད་པ་གཉིས་ཏེ། དེ་  
 ཚོས་ཅན། སྤང་པོའི་ཚོགས་པ་བདག་ཏུ་མི་རིགས་པར་ཐལ། མདོ་ལས་གང་  
 ཟག་སྤང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་སྤྱི་ཇི་བཞིན་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
 གཉིས་པ་ནི། དབྱིབས་ཞེས་པ་རྒྱུད་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཚོས་ཅན། གཟུགས་ཅན་མ་  
 གཏོགས་མིང་བཞིའི་སྤང་པོ་བདག་ཏུ་མི་རུང་པར་ཐལ། སྤང་པོ་ཚོགས་པའི་  
 དབྱིབས་ཁྱུང་པར་བ་བདག་ཡིན་པ་གང་ཞིག །མིང་གཞིའི་སྤང་པོ་ལ་དབྱིབས་  
 མེད་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་། སྟོན་སྟོང་དགག་པའོ། །  
 དང་པོ་ནི། ལེན་པོ་ཞེས་པ་རྒྱུད་པ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཚོས་ཅན། ལེན་པོ་གང་ཟག་  
 དང་། སྤང་པོ་སྤང་པོ་གཉིས་ཏེ་ཐོ་ཉིད་གྱིས་གཅིག་ཏུ་མི་རུང་པར་ཐལ། ལས་  
 དང་བྱེད་པ་པོ་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ལ་ཚུད་པ་ནི། བྱེད་པོ་ཞེས་  
 པ་རྒྱུད་པ་གཅིག་སྟེ། བྱེད་པ་པོ་མེད་ལ་ལས་ཡོད་པར་མདོ་ལས་གསུངས་པས་  
 ལས་དང་བྱེད་པོ་གཅིག་ཏུ་མི་འགྱུར་རེ་ཞེ་ན། ལན་ནི། མ་ཡིན་ཞེས་པ་རྒྱུད་པ་  
 གཅིག་སྟེ། དེ་ཚོས་ཅན། བྱེད་པོ་མེད་ལ་ལས་ཡོད་པ་སྟོན་པའི་ཞེས་པར་མི་རུང་  
 པར་ཐལ། མདོ་ཁ་ཅིག་ཏུ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་བྱེད་པ་པོ་བཀག་པ་ཡིན་གྱི་



བ་སྒྲིབ་དུ་གྲུབ་པ་བཀག་པ་མིན་ལ། བྱེད་པ་པོ་མེད་པའི་ལས་མི་སྲིད་པའི་བྱིར།  
 གསུམ་པ་ནི། གང་བྱིར་ཞེས་པ་ལོ་ལོ་ཀ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། བདག་དང་  
 ཡུང་པོ་གཅིག་ཡིན་པ་དང་ཡུང་པོའི་ཆོག་པ་བདག་ཡིན་པ་དང་། ཡུང་པོ་དར་  
 འཛིན་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་ཞེན་གཞི་སོགས་སུ་མི་རིགས་པར་ཐལ། ཁམས་དུག་དང་  
 ཡིད་ཀྱི་ཉེ་བར་རྒྱ་བ་བཙོ་བརྒྱད་དང་སེམས་སེམས་བྱུང་སོགས་ལ་གང་ཟག་ཏུ་  
 བཏགས་པ་ཅམ་དུ་མདོ་ལས་སྐྱེ་བཞིན་པར་གསུངས་པའི་བྱིར། བཞི་པ་འཛིག་  
 ལྷ་སྒྲིབ་བྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ་བ་ལ་གཉིས། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་  
 བདག་མེད་སྒྲོང་བ་འབྲེལ་མེད་དུ་ཐལ་བ་དང་། འབྲེལ་མེད་ཀྱི་དབེ་བསྐྱེད་  
 པའོ། །དང་པོ་ནི། བདག་མེད་ཅེས་པ་རྒྱུ་བ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། བདག་  
 མེད་མཛོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་འཛིག་ལྷ་སྒྲོང་བ་འབྲེལ་མེད་དུ་  
 ཐལ། ཡུང་པོ་ལྷ་ཀའང་སེམས་ངར་འཛིན་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་ཞེན་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་གང་  
 ཟག་གི་བདག་ཡིན་ཡང་། དེ་མེད་པར་མཛོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སྒྲོན་ས་བདག་  
 འཛིན་གྱི་ས་བོན་སྒྲོང་བ་མ་ཡིན་ལ། རྟག་གཅིག་རང་དབང་ཅན་གྱི་བདག་ངར་  
 འཛིན་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་ཞེན་ཡུལ་མ་ཡིན་ཡང་། དེ་མེད་པར་མཛོན་སུམ་དུ་རྟོགས་  
 པའི་སྒྲོན་ས་བདག་འཛིན་གྱི་ས་བོན་སྒྲོང་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་ནི། རང་  
 ཁྱིམ་ཞེས་པ་རྒྱུ་བ་བཞི་སྟེ། ཆོས་ཅན་དང་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་སྒྲིབ་ལ། རྟགས་ནི་  
 རང་གི་ཁྱིམ་གྱི་རྩིག་ཕུག་ན་དུག་སྐྱུལ་ཡོད་པར་དོགས་པའི་འཛིགས་པ་དེ། དེ་ན་  
 སྒྲིབ་པོ་ཆེ་མེད་པར་ངེས་པས་སེལ་བར་འདོད་པ་དང་མཚུངས་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་ཕྱ་གཉིས་དགག་པ་ལ་གསུམ། དངོས་  
 དང་། ལྷན་པའི་ཕྱ་དགག་པ་དང་། བཀག་ཟེན་པའི་དོན་བསྐྱེད་ཏེ་འཛིག་ལྷའི་  
 གངས་བསྐྱེད་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྤང་པོ་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཚོས་ཅན།  
 བདག་དང་སྤང་པོ་གཉིས་པམ་ཚུན་དུ་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་རྟེན་དང་བརྟེན་པར་  
 མི་འཐད་པར་ཐལ། རང་བཞིན་གཞན་ཡིན་ན་དེ་ལྟར་འཐད་ཀྱང་རང་བཞིན་  
 གཞན་དུ་མེད་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་ནི། བདག་ནི་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ། དེ་  
 ཚོས་ཅན། བདག་སྤང་པོ་དང་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་གཅིག་དང་ཐ་དད་ཀྱི་ལྷན་  
 ཚུལ་གཉིས་ཀ་མི་འཐད་པར་ཐལ། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་གཅིག་དང་གཞན་  
 གང་དུ་ཡང་མེད་པའི་བྱིར། གསུམ་པ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་། བདག་མེད་  
 མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་འཛིག་ལྷ་སྤྱོད་པར་བསྐྱེད་པའོ། །དང་པོ་  
 ནི། གཟུགས་བདག་ཅེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཚོས་ཅན། འཛིག་ལྷ་ཉི་ཤར་  
 ཡོད་དེ། གང་ཟག་གི་བདག་ཡིན་པ་སོགས་དང་བྲལ་པའི་སྤང་པོ་ལྷ་པོ་རེ་རེ་ལ་  
 སྤང་པོ་དེ་དང་དེ་བདག་ཡིན་པ་དང་། བདག་སྤང་པོ་དང་ལྷན་པ་དང་། སྤང་པོ་  
 ལ་བདག་ཡོད་པ་དང་། བདག་ལ་སྤང་པོ་ཡོད་པ་སོགས་རྣམ་པ་བཞི་བཞིའི་སྟོ་  
 གས་ལོག་པར་འཕྲུག་པའི་འཛིག་ལྷ་ཡོད་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་ནི། ལྷ་རི་ཞེས་པ་  
 རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཚོས་ཅན། མདོ་ལས་འཛིག་ཚོགས་ལ་ལྷ་བའི་རིའི་ཕུ་མོ་མཐོ་  
 བ་ཉི་ཤུ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དྲེངས་བཅོམ་ནས་རྒྱན་དུ་ཞུགས་པའི་འབྲས་བུ་མངོན་སུམ་དུ་  
 བྱས་སོ་ཞེས་གསུངས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་གསུང་

དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་འཛིག་ལྷ་བཅོམ་པའི་སྒྲོན་མ་རྒྱན་ཞུགས་ཐོབ་པས་དེ་  
ལྷར་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་བཅོད་དུ་མེད་པའི་བདག་དགག་པ་ལ་གཉིས། འདོད་པ་  
བཅོད་པ་དང་། དེ་དགག་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཁ་ཅིག་ཅེས་པ་རྒྱང་པ་བཞི་སྟེ།  
མང་པོས་བཀྱར་བ་ཁ་ཅིག་ན་རེ། གང་ཟག་ནི་ཕུང་པོ་དང་དེ་ཉིད་དང་གཞན་ཉིད་  
དང་རྟག་མི་རྟག་སོགས་གང་དུ་ཡང་བཅོད་དུ་མེད་ཅིང་རྣམས་སྤྲོས་ཡོད་དེ། བྱེད་པ་  
པོ་དང་བྲ་བ་པོ་དང་བཅིངས་གྲོལ་ཀྱན་གྱི་གཞིར་གྱུར་བའི་ཕྱིར། རང་གི་ངོ་བོའི་  
སྒྲོན་མ་ཤེས་བྱ་མ་ཡིན་ཡང་རྣམས་ཤེས་བྱ་གི་སྒྲོན་མ་ཤེས་བྱ་དང་། བདག་ཏུ་  
འཛིན་པའི་གཞི་ཡང་ཡིན་ཞེས་འདོད་དོ། །གཉིས་པ་ལ་གསུམ། རྣམས་སྤྲོས་བྱུ་  
ན་བཅོད་དུ་མེད་པ་འགལ་བ་དང་། གང་དུའང་བཅོད་དུ་མེད་ན་བདགས་ཡོད་དུ་  
བསྟན་པ་དང་། དངོས་པོའི་ཆོས་ཉིད་དང་བྲལ་བས་དངོས་པོ་མ་ཡིན་པར་ཐལ་  
བའོ། །དང་པོ་ནི། གང་ཕྱིར་ཞེས་པ་རྒྱང་པ་བཞི་སྟེ། གང་ཟག་ཆོས་ཅན།  
གཟུགས་སེམས་དེ་ཉིད་དང་གཞན་དུ་ཡང་བཅོད་དུ་མེད་པ་མ་ཡིན་པ་ལྟར་ཕུང་  
པོ་ལས་དེ་ཉིད་དང་གཞན་གང་དུ་ཡང་བཅོད་དུ་མེད་པ་དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་  
པོ་ཉིད་ཀྱིས་རྣམས་སྤྲོས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། གང་ཕྱིར་ཞེས་པ་རྒྱང་པ་བཞི་  
སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྱུ་བའི་བདགས་ཡོད་དུ་ཐལ། བྲལ་བ་  
དང་རང་གི་ཆ་ཤས་གཟུགས་སོགས་ལྟར་ཕུང་པོ་དང་རང་བཞིན་དེ་ཉིད་དང་།  
གཞན་གང་དུ་ཡང་བཅོད་དུ་མེད་པའི་ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི། ཁྱོད་

གྲིས་ཞེས་པ་རྐང་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཚོས་ཅན། རང་གི་མཚན་ཉིད་གྲིས་མ་གྲུབ་པར་  
ཐལ། དངོས་པོའི་ཚོས་སྐྱུར་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དང་གཞན་གཉིས་ཀ་དང་བྲལ་  
ནས། གང་དུ་ཡང་བཟོད་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་མཐུག་བསྐྱུ་བཞི། དེ་ཕྱིར་  
རང་འཛིན་ཞེས་པ་རྐང་པ་གསུམ་སྟེ། འཤེས་བྱ་ཚོས་ཅན། རིགས་པས་རྣམ་པར་  
དབྱུང་ན་རང་འཛིན་ལྟན་སྟེས་ཀྱི་གཞི་ལུང་པོ་དང་རང་བཞིན་གྲིས་གྲུབ་པའི་  
གཅིག་ཐ་དད་དང་རྟེན་བརྟེན་པ་དང་ལྟན་པ་སོགས་གང་དུ་ཡང་མ་གྲུབ་པར་ཐལ།  
དེ་ལྟར་དབྱུང་པ་ན་རང་བཞིན་གྲིས་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་གང་ཟག་ལུང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་བཏགས་ཡོད་དུ་  
བསྐྱེད་པ་ལ་གཉིས། མདོར་བསྐྱེད་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་  
ནི། འདི་ནི་ཞེས་པ་རྐང་པ་གཅིག་སྟེ། དེ་ཚོས་ཅན། གང་ཟག་རང་གི་མཚན་  
ཉིད་གྲིས་མ་གྲུབ་ཀྱང་གང་ཟག་བཞག་ཏུ་མི་རུང་བ་དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ལུང་པོ་  
ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཅེས་དུ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ལ་གཉིས། དཔེ་  
སྒྲུབ་པ་དང་། དོན་ལ་སྒྱུར་བའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། འཤིང་རྟ་རང་གི་ཡན་ལག་  
རྣམས་ལས་མཐའ་བདུན་པོ་གང་དུ་ཡང་མ་གྲུབ་པར་བསྐྱེད་པ་དང་། ཚོགས་པ་  
དང་དབྱིབས་ཀྱི་ཐུ་བྱེ་བྲག་ཏུ་དགག་པ་དང་། འཤིང་རྟའི་ཐ་སྐྱད་ཉམས་པའི་ཉེས་  
པ་བྱོད་ལ་འཕུག་གི་ཁོ་པོ་ཅག་ལ་མི་འཕུག་པའོ། །དང་པོ་ནི། འཤིང་རྟ་ཞེས་པ་  
རྐང་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཚོས་ཅན། གང་ཟག་ལུང་པོ་ལས་རང་བཞིན་གཅིག་ཐ་དད་  
གང་དུ་ཡང་མ་གྲུབ་པར་བསྐྱེད་པ་བཞིན་དུ་འཤིང་རྟ་ཡང་རང་གི་ཡན་ལག་ལ་ལྟོས་

ཏེ་མཐའ་བདུན་པོ་གང་དུ་ཡང་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། ཤིང་རྩ་རང་གི་མཚན་ཉིད་གྱིས་  
མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། ཚོགས་པའི་ལུ་དགག་པ་དང་། དབྱིབས་གྱི་ལུ་  
དགག་པའོ། །དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་ཞེས་པ་རྟེན་པ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཚོས་ཅན། ཤིང་  
རྩའི་ཡན་ལག་སོ་སོར་ཐལ་ནས་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་སྦྲངས་པའི་འདུས་པ་དེ་ཡང་  
ཤིང་རྩ་ཡིན་པར་ཐལ། ཤིང་རྩའི་ཡན་ལག་ཚོགས་ཅམ་ཤིང་རྩ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
གཉིས་པ་ལ་གཉིས། མདོར་བསྟན་དང་། རྒྱས་བཤད་དོ། །དང་པོ་ནི། གང་  
ཕྱིར་ཞེས་པ་རྟེན་པ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཚོས་ཅན། ཚོགས་པར་མ་ཟད་དབྱིབས་ཀྱང་  
ཤིང་རྩར་མི་རིགས་པར་ཐལ། ཡན་ལག་ཅན་ཤིང་རྩ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་  
གང་ཞིག །དེ་མ་གྲུབ་ན་ཡན་ལག་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།  
གཉིས་པ་ལ་གཉིས། ཡན་ལག་གི་དབྱིབས་ཤིང་རྩ་ཡིན་པ་དགག་པ་དང་། ཡན་  
ལག་ཚོགས་པའི་དབྱིབས་ཤིང་རྩ་ཡིན་པ་དགག་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། སྤར་  
ཤིང་རྩ་མ་བསྐྱིགས་པའི་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་ལ་སོགས་པའི་དབྱིབས་ཤིང་རྩ་ཡིན་པ་  
དགག་པ་དང་། དེ་དང་མི་འདྲ་བའི་ཡན་ལག་གི་དབྱིབས་ཤིང་རྩ་ཡིན་པ་དགག་  
པའོ། །དང་པོ་ནི། བྱོད་དབྱིབས་ཞེས་སྟེ། དེ་ཚོས་ཅན། ཤིང་རྩའི་ཡན་ལག་སོ་  
སོར་བྱེ་བའི་དུས་ན་ཤིང་རྩ་མེད་པ་ལྟར་ཡན་ལག་བསྐྱིགས་པའི་དུས་ན་ཡང་ཤིང་  
རྩ་མེད་པར་ཐལ། མ་བསྐྱིགས་པའི་དུས་ཀྱི་ཡན་ལག་གི་དབྱིབས་ཁོ་ན་ཤིང་རྩ་  
ཡིན་གྱི་དེ་མ་ཡིན་པའི་དབྱིབས་ཀྱི་བྱུད་པར་ཤིང་རྩར་བཞག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ནི། ད་ལྟ་གལ་ཏེ་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཡིང་རྟ་མ་  
བསྐྱེད་པ་པའི་དུས་ཀྱི་ཡན་ལག་གི་དབྱིབས་ལས་རང་བཞིན་གཞན་དུ་གྱུར་པའི་  
ཡན་ལག་གི་དབྱིབས་ཀྱང་ཡིང་རྟ་མི་རུང་བར་ཐལ། བསྐྱེད་པ་པའི་དུས་ཀྱི་  
ཡན་ལག་གི་དབྱིབས་ལ་མ་བསྐྱེད་པ་པའི་དུས་དང་མི་འདྲ་བའི་ཁྱད་པར་གཞན་  
ཡོད་ན་དམིགས་སུ་རུང་བ་ལས་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ལ་གསུམ། ཆོག་པ་པ་རྒྱུ་སྟེ་མེད་པས་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་  
དབྱིབས་ཡིང་རྟ་རང་མཚན་བར་མི་རུང་བ་དང་། འདིར་རྟུན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་རྟུན་  
པ་འདོགས་པར་ཁས་ལེན་ན་ཐམས་ཅད་དེ་དང་འདྲ་བར་ཁས་ལེན་དགོས་པ་  
དང་། དཔེ་དེས་གཞན་ཡང་ཁེགས་པར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། གང་ཕྱིར་  
ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཡིང་རྟའི་ཡན་ལག་ཆོག་པ་པའི་དབྱིབས་  
རང་མཚན་པ་ཡིང་རྟ་མི་རུང་བར་ཐལ། ཆོག་པ་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་  
པས་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་དབྱིབས་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་  
ནི། ཁྱོད་ཀྱི་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། མ་རིག་པ་སོགས་རྟུན་པའི་  
རང་བཞིན་ཅན་ལས་འདུ་བྱེད་སོགས་རྟུན་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཁོ་ན་སྟེ་བར་ཐལ།  
ཆོག་པ་པ་རྟུན་པ་ལ་བརྟེན་པའི་དབྱིབས་རྟུན་པ་ཡིང་རྟ་རིགས་པའི་ཕྱིར།  
གསུམ་པ་ནི། འདིས་ནི་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཡིང་རྟའི་དཔེས་  
རྟུན་རྒྱུ་བརྒྱུད་ཆོག་པ་པ་ལ་བྱམ་པའི་སྟོ་སྟེ་བར་འདོད་པ་ཡང་བཀག་པ་ཡིན་  
ཏེ། ཡིང་རྟའི་དཔེས་བྱམ་པའི་ཡན་ལག་གི་ཆོག་པ་པ་བྱམ་པ་ཡིན་པའང་དོན་

གྲིས་བཀག་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་གཞུགས་ལ་སོགས་པའི་དབྱིབས་རང་མཆན་  
བཤིང་རྟ་དང་བུམ་པ་སོགས་སུ་མི་རིགས་པར་ཐལ། གཞུགས་ལ་སོགས་པ་  
རང་བཞིན་གྲིས་སྐྱེ་བ་མེད་པར་བསྐྱབ་ཟེན་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་ཤིང་རྟའི་ཐ་སྙད་ཉམས་པའི་ཉེས་པ་ཁྲོད་ལ་འཇུག་གི་ཁོ་བོ་  
ཅག་ལ་མི་འཇུག་པ་ལ་གསུམ། རྣམ་བདུན་གྲིས་དབྱུང་པའི་ཆོ་བདེན་པ་གཉིས་  
ཆར་དུ་ཤིང་རྟ་རང་བཞིན་གྲིས་མ་གྲུབ་ཀྱང་རང་གི་ཡན་ལག་ལ་བརྟེན་ནས་ཐ་  
སྙད་འཐད་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་ངེས་པར་ཁས་སྒྲངས་དགོས་པ་དང་།  
དབྱུང་པ་བདུན་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བདེ་སྒྲག་རྟེན་གས་རུས་པའོ། །དང་པོ་  
ནི། དེ་ནི་ཞེས་པ་རྐང་བ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། རྣམ་པ་བདུན་གྲིས་དབྱུང་ན་  
བདེན་པ་གཉིས་ཆར་དུ་ཤིང་རྟ་རང་བཞིན་མ་གྲུབ་ཀྱང་ཤིང་རྟའི་ཐ་སྙད་ཉམས་  
པའི་སྐྱོན་མེད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མ་གྲུབ་ཀྱང་རང་གི་ཡན་ལག་ལ་བརྟེན་ནས་ཐ་  
སྙད་པའི་ཆོད་མའི་ལམ་ནས་དྲངས་ཏེ་འཇོག་རུས་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། དེ་  
ཉིད་ཅེས་པ་རྐང་བ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་གྲིས་བསྐྱབས་པའི་  
ཤིང་རྟ་དགག་མི་རུས་ཤིང་ངེས་པར་ཁས་སྒྲངས་དགོས་པར་ཐལ། ཤིང་རྟ་རང་  
གི་ཡན་ལག་སོགས་ལ་ལྷོས་ནས་ཡན་ལག་ཅན་སོགས་སུ་ཐ་སྙད་པའི་ཆོད་མས་  
གྲུབ་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་། ཤིང་རྟ་མེད་ཀྱང་དེའི་ཡན་  
ལག་ཆོགས་པ་ཡོད་པ་དགག་པའོ། །དང་པོ་ནི། རྣམ་བདུན་ཞེས་པ་རྐང་བ་བཞི་  
སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་འདིར་བཤད་པ་བཞིན་ངེས་

པར་ཁས་སྒྲངས་དགོས་པར་ཐལ། ཤིང་རྟ་སོགས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་མེད་རྣམ་  
པ་བདུན་གྱི་དབྱུང་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་བདེ་སྒྲག་ཏུ་རྟོགས་  
ཅུས་ཤིང་། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པའི་རྣམ་བཞག་ཀྱང་འཐད་པར་རྟོགས་པའི་ཕྱིར།  
གཉིས་པ་ནི། ཤིང་རྟ་ཞེས་པ་རྐང་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཡན་ལག་ཅན་ཤིང་  
རྟ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་ན་དེའི་ཡན་ལག་ཆོགས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའང་  
མི་འཐད་པར་ཐལ། ཤིང་རྟ་ཆོག་ན་དེའི་ཡན་ལག་ཆོག་པ་བཞིན་དུ་ཤིང་རྟ་རང་  
བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་མེས་ཤིང་རྟའི་ཡན་ལག་རང་བཞིན་གྱིས་  
གྲུབ་པར་འཛིན་པའི་སྟོང་དོགས་འཛོམས་ཅུས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་དོན་ལ་སྦྱར་བ་ལ། གང་ཟག་དང་ཕྱང་པོ་ལ་སྦྱར་ཏེ་བཤད་པ་  
དང་། དངོས་པོ་གཞན་ལ་སྦྱར་ཏེ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་བཞི། ཕྱང་སོགས་ལ་  
བརྟེན་ནས་གང་ཟག་ལེན་པ་པོ་སོགས་སུ་འཐད་པ་དང་། སྟོས་པའི་མཐའ་གང་  
དུ་ཡང་མ་གྲུབ་པ་དང་། དེར་མ་གྲུབ་ཀྱང་བདེན་པར་སྒྲུང་བ་གཏི་མུག་གི་དབང་  
གིས་ཡིན་པ་དང་། བདག་དང་བདག་གི་བ་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་པའི་རྣལ་  
འབྱོར་པས་ཐར་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་བའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་བཞིན་ཞེས་པ་རྐང་པ་  
བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཤིང་རྟ་ལྟར་ཕྱང་པོ་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་གང་ཟག་ཏེ་  
བར་ལེན་པ་པོ་དང་བྱེད་པ་པོ་དང་། ཕྱང་པོ་ཏེ་བ་སྒྲངས་བྱ་དང་ལས་སོགས་སུ་  
འཐད་དེ། དེ་ལྟར་ཐ་སྙད་པའི་ཆོད་མས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། དངོས་  
ཡོད་མིན་ཞེས་པ་རྐང་པ་བཞི་སྟེ། གང་ཟག་ཆོས་ཅན། རྟག་མི་རྟག་སོགས་



མཐུང་གང་དུ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། བདེན་པའི་དངོས་པོ་མེད་  
པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི། གང་ལ་ཞེས་པ་རྐང་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། བདེན་  
པར་མ་གྲུབ་ཀྱང་སྟོོ་འབྲུལ་བ་ལ་བདེན་པར་སྤྲང་བའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། ཀུན་  
བདག་པ་དང་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱིས་བསྐྱེས་པའི་གཉི་ལྷག་གི་དབང་གིས་དེ་ལྟར་སྤྲང་  
བའི་ཕྱིར།

བཞི་པ་ནི། གང་ཕྱིར་ཞེས་པ་རྐང་པ་བཞི་སྟེ། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། བདག་  
གི་བ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། བདག་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པའི་  
ཕྱིར། རྒྱབ་པར་ཐལ། བྱེད་པ་པོ་མེད་པའི་ལས་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར། རྣལ་འབྱོར་  
པ་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། ཐར་པ་འཐོབ་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། བདག་དང་  
བདག་གི་བ་རང་བཞིན་མེད་པར་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པས་བྱེད་པར་དུ་བྱས་པའི་  
གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ལ་གཉིས། དངོས་པོ་གཞན་ཡང་ཤིང་རྟ་དང་  
མཚུངས་པར་བསྟན་པ་དང་། དངོས་པོ་དེ་དག་ལ་ཐ་སྙད་ཇི་ལྟར་འདོགས་པའི་  
ཚུལ་ལོ། དང་པོ་ནི། བུམ་པ་ཞེས་པ་རྐང་པ་བཞི་སྟེ། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། བུམ་  
སྐྱམ་སོགས་ཀྱང་ཤིང་རྟ་དང་མཚུངས་པར་རྟོགས་པར་བྱ་སྟེ། རྣམ་པ་བདུན་གྱིས་  
དབྱེད་ན་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་ཀྱང་། འཇིག་རྟེན་དང་དང་ལྷན་ཅིག་ཚེད་ཀྱི་ཞེས་  
སོགས་ཀྱི་ལུང་གི་དགོངས་པ་ལྟར་ཐ་སྙད་པའི་ཆོད་མས་གྲུབ་པར་ཁས་སྤངས་  
དགོས་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། ཡན་ལག་ཅེས་པ་རྐང་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན།  
རྣམ་པ་བདུན་དུ་དབྱེད་པས་མ་རྟོག་ཀྱང་བུམ་སྐྱམ་སོགས་ལ་ཐ་སྙད་ཀྱི་བྱེད་པར་

རྣམས་མི་འཐད་པའི་སྒྲོན་མེད་པར་ཐལ། རྣམ་པ་བདུན་དུ་མ་གྲུབ་ཀྱང་ཡོན་ཏན་  
དང་ཡོན་ཏན་ཅན་སོགས་སུ་ཐ་སྐྱད་པའི་ཚད་མས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་ཁྲད་པར་དུ་རྒྱ་འབྲས་ཕན་ཚུན་ལྟོས་པའི་བཏགས་ཡོད་དུ་སྒྲུབ་  
པ་ལ་གཉིས། ཕན་ཚུན་ལྟོས་པར་སྒྲུབ་པ་དང་། སྤང་མ་སྤང་བརྟགས་ནས་རང་  
བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དགག་པའོ། །དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་རྒྱ་ཡིས་ཞེས་ས་རྒྱང་པ་  
བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་གྲུབ་པ་ཕན་ཚུན་ལྟོས་པར་ཐལ། འབྲས་ལུ་  
སྐྱེད་པའི་ངོས་ནས་རྒྱར་བཞག་གི་རང་གི་ངོ་བོས་གྲུབ་པ་མི་འཐད་ལ། འབྲས་ལུ་  
ཡང་རྒྱ་ལ་ལྟོས་ནས་གྲུབ་པ་ཅམ་ཡིན་གྱི། རང་གི་ངོ་བོས་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། དེ་  
ལྟ་མིན་ན་རྒྱ་འབྲས་ལ་སྒྲ་ཕྱིའི་རིམ་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་  
པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་། བརྒྱུད་པ་སྤྱོད་པའོ། །དང་པོ་  
ལ་གཉིས། རྒྱ་འབྲས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་འདོད་པ་ལ་བརྟག་པ་དེ་འཕུག་  
པ་དང་། རྒྱ་མ་ལྷ་བུར་ཁས་བླངས་པ་ལ་སྒྲོན་དེ་མེད་པའོ། །དང་པོ་ནི། གལ་ཏེ་  
ཁྱོད་ཀྱི་ཞེས་ས་རྒྱང་པ་དུག་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། རྒྱ་འབྲས་གཉིས་རང་བཞིན་གྱིས་  
སྤང་མ་སྤང་གང་རུང་གི་སྒྲོན་ས་འབྲས་ལུ་བསྐྱེད་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་རང་བཞིན་  
གྱིས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཁྲུབ་པར་ཐལ། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ལ་བརྟག་པ་  
གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། གཉིས་ཀ་ལྷར་ཡང་མི་རིགས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན།  
རྒྱ་འབྲས་གཉིས་རྣམས་པ་སྤོགས་གཅིག་ཏུ་ཐལ། རང་བཞིན་གྱིས་སྤང་པ་གང་  
ཞིག། །དེ་ལ་ཆ་སོ་སོས་སྤང་པ་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཐ་དད་མེད་པར་

འགྱུར་རོ། །ཡང་ན་རྒྱ་ཡིན་མིན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་མེད་པར་ཐལ། རྒྱ་འབྲས་གཉིས་  
 སོ་སོར་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ལྷ་གྲུ་ཆོས་ཅན། འབྲས་བུར་མི་འཐད་  
 པར་ཐལ། རང་རྒྱས་མི་སྤྱེད་པའི་ཕྱིར། ས་བོན་ཆོས་ཅན། རྒྱར་འཛོག་པའི་རྒྱ་  
 མཚན་མེད་པར་ཐལ། རང་འབྲས་དང་བྲལ་པའི་ཕྱིར། སྤྲ་ཕྱི་གཉིས་ཀའི་དྭགས་  
 ཆོས་ཁས་སྤངས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། གང་ཕྱིར་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་གཉིས་ཏེ། ཤེས་  
 བྱ་ཆོས་ཅན། དབུ་མ་པ་ལ་ཇི་སྟངས་བཤད་པའི་སྒྲིན་དུ་མི་འགྱུར་བར་ཐལ། ལྷ་  
 ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་སྒྱུ་མ་དང་འབྲས་པའི་རྒྱ་འབྲས་ཐ་སྟངས་པའི་ཆད་མས་གྲུབ་  
 པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ལ་གཉིས། མཚུངས་པའི་ཚད་པ་དགོད་པ་དང་། མི་  
 མཚུངས་པའི་ལན་ནོ། །དང་པོ་ནི། ལུན་འབྱེན་ཞེས་པ་ནས། རྒྱལ་བའང་ཡིན་  
 ཞེས་པའི་བར་ལོ་ལོ་ཀ་གཉིས་ཏེ། དངོས་པོར་སྤྲ་བ་ཁ་ཅིག་ན་རེ། ཁྱོད་ཀྱི་དགག་  
 པ་འདི་ནི་ཁྱོད་རང་གི་ཆོག་ལ་ཐལ་བ་མཚུངས་པའི་ལྷ་གྲུ་ཆོད་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྷ་ར་  
 ཁྱོད་ཀྱིས་རྒྱ་འབྲས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་འགོག་པའི་ལུན་འབྱེན་དེ་ལུན་དབྱུང་  
 བྱ་དང་ཐད་ནས་ལུན་འབྱེན་ན་རྣམས་པ་གཅིག་པས་ཐ་དད་མེད་པར་འགྱུར་ལ། མ་  
 ཐད་པར་ཡིན་ན་ལུན་འབྱེན་ཡིན་མིན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་མེད་པར་འགྱུར་ཞིང་གཉིས་པོ་  
 སྤངས་ནས་རྟོག་པ་གཞན་ཡང་མེད་པར་ཁྱོད་རང་གིས་ཁས་སྤངས་པས་ཁྱོད་རང་  
 གི་སྤྲོགས་ཁོར་འཛོམས་པར་ཐད་དོ། །དེས་ན་ཁྱོད་ཀྱིས་ལུན་དབྱུང་བྱ་རྒྱ་འབྲས་  
 རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ལུན་འབྱེན་མི་རྣམས་པས་དྭགས་ཀྱིས་རྒྱ་འབྲས་རང་བཞིན་  
 གྱིས་གྲུབ་པར་འགྱུར་རོ། །ཁྱོད་རྒྱ་མཚན་མེད་པར་དངོས་པོ་ཀུན་ལ་སྤྱིར་བ་

འདེབས་པའི་ཕྱིར་སྒྲེབ་པའི་མི་བཞེད་ཅིང་། རང་སྤྱོད་པ་བཞག་དུ་མེད་ཅིང་།  
གཞན་སུན་འབྲིན་པ་འབའ་ཞིག་ལ་ཞུགས་པས་སུན་ཅི་ཕྱིན་དུ་ཚྲོལ་བའང་ཡིན་ནོ་  
ཞེས།

གཉིས་པ་ལ་བཞི། དབུ་མ་པ་ལ་རང་གི་ཚིག་དང་མཚུངས་པའི་ལྷག་  
ཆོད་འཕྲུག་པ་མི་འཐད་པ་དང་། བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་སོགས་འཐད་པ་དཔེས་སྐྱེབ་  
པ་དང་། མི་འཐད་པའི་དངོས་སྤྱོད་པའི་ཚོད་པ་ཁྱོད་རང་གི་སྤྱོད་པ་དུ་བསྐྱེད་པ་  
དང་། དངོས་སྤྱོད་པ་ལ་སྤྱིར་བཏོད་པའི་གཞོད་བྱེད་དཔེ་བར་བྱས་ནས་ཚོད་པ་  
གཞན་གྱི་ལན་འདེབས་ཚུལ་ཡང་རྟོགས་པར་བྱ་བའོ། །དང་པོ་ནི། སུན་འབྲིན་  
པས་སུན་ཞེས་བ་རྒྱུད་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཁོ་བོ་ཅག་དབུ་མ་པ་ལ་སྤྱད་མ་  
སྤྱད་བརྟགས་པའི་སྤྱོད་མཚུངས་པར་འཕྲུག་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁོ་བོ་ཅག་སུན་  
འབྲིན་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པར་ཁས་ལེན་གྱི། དངོས་པོ་རང་  
བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་ཁས་ལེན་པ་ལ་བརྟག་པ་དེ་འཕྲུག་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་  
ནི། རི་ལྟར་ཞེས་པ་ཤོ་ལོ་ཀ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་མེད་པའི་དོན་  
ལ་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་སོགས་འཐད་པར་ཐལ། སྤྱད་མ་སྤྱད་གྱི་རིགས་པས་མ་  
དབྱུད་པར་ཚུ་ནད་དུ་ཤར་བའི་གཞུགས་བརྒྱན་རྒྱན་པའི་རྟགས་ལ་བརྟེན་ནས་ཉི་  
མའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་གཟས་བབྱུང་བ་ལ་སོགས་པའི་ཁྱད་པར་གོ་རྒྱས་པ་བཞིན་  
དུ། རང་བཞིན་མེད་པའི་སུན་འབྲིན་གྱིས་སུན་དབྱུང་བྱ་སུན་འབྲིན་རྒྱས་པ་  
སོགས་འཐད་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་། དབུ་མ་པས་

དངོས་པོ་རང་བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་སུ་གཞུག་ནུས་པ་ལྟར་དངོས་སྤྱོད་བས་དངོས་  
 པོ་རང་བཞིན་མེད་པར་སྤྱོད་མི་ནུས་པའོ། །དང་པོ་ནི། གཤམ་ཏེ་ཞེས་པ་རྟེན་པ་  
 བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། དབུ་མ་པ་ལ་སྤང་མ་སྤང་གི་སུན་འབྱིན་མཚུངས་པར་  
 འཇུག་སྟུང་པ་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་པར་ཁས་ལེན་པ་བྱེད་གི་སྟོན་སྟོན་འབའ་ཞིག་  
 ཡིན་པར་ཐལ། གོ་བྱ་གོ་བྱེད་སོགས་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་པ་ཡོད་ན་རི་སྐད་  
 བཤད་པའི་སྟོན་དུ་འཇུག་ཀྱང་། དབུ་མ་པས་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་པ་དུལ་ཙམ་  
 ཡང་མེད་པར་ཁས་སྤངས་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། དངོས་རྣམས་ཞེས་པ་རྟེན་  
 པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ལྷན་སྟེས་གི་ཉན་མོངས་གྱིས་བརྟམས་པའི་སྟེང་དུ་  
 རྟོག་གོ་རན་པའི་སྤང་བྱས་བྲེས་པའི་དངོས་སྤྱོད་བ་དང་། དབུ་མ་པ་སྟོན་རྣམ་པ་  
 ཀུན་དུ་མི་མཚུངས་པར་ཐལ། དབུ་མ་པས་དངོས་པོ་མཐའ་དག་རང་བཞིན་མེད་  
 པར་རྟོགས་སུ་གཞུག་སྤྱོད་པ་ལྟར་དངོས་སྤྱོད་བས་དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་  
 པར་ཅུང་ཟད་ཀྱང་སྤྱོད་མི་ནུས་པའི་ཕྱིར། བཞི་པ་ནི། སུན་འབྱིན་ཞེས་པ་རྟེན་པ་  
 བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། དབུ་མ་པ་ལ་རི་སྐད་བཤད་པའི་སྟོན་མི་འཇུག་པར་ཐལ།  
 དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་པ་ལ་སུན་འབྱིན་ལྷག་མ་མཐའ་བཞིའི་སྟེ་བ་དང་  
 བྲལ་པ་སོགས་གོང་དུ་བསྟན་པ་ཡང་ཤེས་པར་བྱས་ནས་གཞན་གྱིས་བརྟག་པ་  
 བྱས་པའི་གཞོད་བྱེད་དུ་བརྗོད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། སུན་ཅི་ཕྱིན་དུ་ཚོལ་བའི་སྟོན་  
 ཡང་མེད་པར་ཐལ། དབུ་མ་པས་དངོས་པོ་མཐའ་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པར་ཁས་  
 ལེན་པའི་ཕྱིར། སྐབས་འདིར་དངོས་སྤྱོད་པའི་རྩོད་པ་མི་འཇུག་པའི་ཚུལ་བསྟན་པ་

ལ་དགོས་པ་གཞན་ཡང་ཡོད་དེ། ཚུད་པ་གཞན་ལ་ལན་འདེབས་ཚུལ་དང་ཚུར་  
སུན་འབྲིན་མི་འབྲུག་པའི་ཚུལ་སོགས་ཀྱང་རྟོགས་པའི་ཆེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་སྟོང་པ་ཉིད་བཅུ་དྲུག་བཤད་པ་ལ་གཉིས། མཚམས་སྐྱར་བ་  
དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། བཤད་ཟིན་པའི་མཚམས་  
སྐྱར་དང་། འཆད་པར་འགྱུར་བའི་མཚམས་སྐྱར་རོ། །དང་པོ་ནི་བདག་མེད་  
ཅེས་པ་རྒྱུད་པ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། བདག་མེད་ལ་གཉིས་སུ་དབྱེར་ཡོད་  
དེ། བྱད་གཞིའི་དབང་གིས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་དང་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་  
གཉིས་སུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། བདག་མེད་གཉིས་སུ་བྱེད་ནས་བསྟན་པ་ལ་དགོས་པ་  
ཡོད་དེ། འདུལ་བྱ་རྣམས་སྟོང་པ་ལས་གྲོལ་བའི་ཆེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་  
ནི། དེ་ལྟར་ཞེས་པ་རྒྱུད་པ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། བདག་མེད་གཉིས་ལ་དུ་  
མར་དབྱེར་ཡོད་དེ། གཏུལ་བྱ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོ་འདོགས་གཅོད་པའི་རིམ་པ་ལ་ལྟོས་  
ནས་སྟོན་པས་སྟོང་ཉིད་བཅུ་དྲུག་དང་ཉི་ཤུ་སོགས་སུ་གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
གཉིས་པ་ལ་གསུམ། སྟོང་ཉིད་ཀྱི་དབྱེ་བསྐྱེད་དང་། སོ་སོའི་ངོས་འཛིན་དང་། དེ་  
དག་མདོ་གང་ལས་གསུངས་པའོ། །དང་པོ་ནི། སྒྲོས་དང་ཞེས་པ་རྒྱུད་པ་བཞི་  
སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། རྒྱས་པར་སྟོང་ཉིད་བཅུ་དྲུག་ཏུ་དབྱེ་བ་དེ་དག་བསྐྱེད་བཞིར་  
ཡང་འདུ་སྟེ། སྟོང་གཞི་བཅུ་དྲུག་པོ་དེ་དག་ཆོས་ཅན་དང་ཆོས་ཉིད་གཉིས།  
ཆོས་ཅན་ལ་དངོས་པོ་དངོས་མེད་གཉིས། ཆོས་ཉིད་ལ་རང་གི་ངོ་བོས་སྟོང་པ་  
དང་གཞན་གྱི་ངོ་བོས་སྟོང་པ་རྣམས་སུ་འདུ་བའི་ཕྱིར། སྟོང་ཉིད་རྒྱས་པར་སྟོན་

པའི་མདོ་དང་དེ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཤེས་སྒྲིབ་  
མཐའ་དག་སྟོང་པའི་ཆེད་དུ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྒྱུ་པར་བསྟན་ཅིང་རྟོགས་པ་  
ཡིན་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། སྟོང་ཉིད་དང་པོ་བཅུ་དྲུག་བཤད་པ་དང་། བྱི་མ་  
བཞི་བཤད་པ་ལོ། །དང་པོ་ལ་བཅུ་དྲུག་ཡོད་པའི་དང་པོ་ནང་སྟོང་པ་ཉིད་ནི། གང་  
ཕྱིར་ཞེས་པ་ཤོ་ལོ་ག་གཉིས་དང་རྒྱུ་པ་གཅིག་སྟེ། མིག་སོགས་དྲུག་པོ་ཆོས་  
ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ། རང་བཞིན་གཅིག་དུས་སྟེ་བྱི་དུ་མ་དང་འབྲེལ་  
ནས་ཐེར་བྱུག་ཏུ་གནས་པའི་རང་བཞིན་གཅིག་ཏུ་མ་གྲུབ། རང་བཞིན་དུ་མ་དུས་  
དུ་མ་དང་འབྲེལ་པའི་རང་བཞིན་དུ་མར་ཡང་མ་གྲུབ་པའི་བྱིར་ཏེ། བདེན་པའི་  
གཅིག་དང་དུ་མ་དང་བྲེལ་པའི་བྱིར་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །དེར་ཐལ། རང་བཞིན་  
གྱིས་དབེན་པ་དེ་ཁྱོད་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར། ཡང་ན་མིག་སོགས་དྲུག་རང་  
བཞིན་གྱིས་དབེན་པ་ཆོས་ཅན། ནང་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། མིག་སོགས་ནང་གི་  
ཆོས་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པའི་སྟོང་ཆ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེའི་རིགས་པ་ལྷག་མ་  
རྣམས་ལ་ཡང་སྦྱར་རོ། །གཉིས་པ་བྱི་སྟོང་པ་ཉིད་ནི། གང་ཕྱིར་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་  
དྲུག་སྟེ། གཟུགས་སོགས་བྱིར་ཆོས་རྣམས་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་  
ཡིན་ཏེ། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གཅིག་དང་དུ་མ་གང་དུའང་མེད་པའི་  
བྱིར། དེར་ཐལ། རང་བཞིན་གྱིས་དབེན་པ་དེ་ཁྱོད་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱིར།  
གཟུགས་སོགས་རང་བཞིན་མེད་པ་ཆོས་ཅན། བྱི་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། གཟུགས་

སོགས་ཕྱི་འཛིན་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པའི་སྟོང་ཆ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་  
 བཞིན་དུ་ལྷག་མ་ཀུན་ལ་སྦྱར་རོ། །གསུམ་པ་ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀ་སྟོང་པ་ཉིད་ནི།  
 གཉིས་ཆར་ཞེས་པ་རྒྱང་པ་གཉིས་ཏེ། ཕྱི་ནང་གཉིས་ཀའི་སྒྲིམ་ཆེད་ཆོས་ཅན།  
 རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ། ཞེས་སྦྱར་རོ། །བཞི་པ་སྟོང་པ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་ནི།  
 ཆོས་རྣམས་ཞེས་པ་ཤོ་ལོ་ཀ་གཉིས་ཏེ། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ཆོས་ཐམས་ཅད་  
 བདེན་པ་བཀག་པ་དེ་བདེན་པར་མ་བྱུང་སྟེ། ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་པས་སྟོང་  
 པའི་ཕྱིར། སྟོང་པ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་སྐབས་འདིར་སྟོས་པའི་དགོས་པ་ཡོད་དེ།  
 སྟོང་ཉིད་བདེན་པར་འཛིན་པ་བརྟོག་པའི་ཕྱིར་དུ་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཆོས་  
 རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་དབེན་པ་ཆོས་ཅན་དུ་བརྒྱུད་ནས། སྦྱར་ལྷར་གཅིག་དུ་  
 བྲལ་སོགས་ཀྱང་སྦྱར་རོ། །ལྔ་པ་ཆེན་པོ་སྟོང་པ་ཉིད་ནི། སེམས་ཅན་ཞེས་པ་ཤོ་  
 ལོ་ཀ་གཉིས་ཏེ། སེམས་ཅན་དང་སྟོང་གི་འཇིག་རྟེན་མ་ལུས་པ་བྲུབ་པའི་ཕྱོགས་  
 རྣམས་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ་ཞེས་སོ། །ཕྱོགས་རྣམས་ཆེན་པོ་སྟོང་  
 པ་ཉིད་གི་གཞིར་སྟོས་པའི་དགོས་པ་ཡོད་དེ། དེ་བྲུག་པ་སོགས་ཕྱོགས་ཆེན་པོས་  
 བསྐྱེད་པའི་རྟག་ཇས་སུ་འཛིན་པ་བརྟོག་པའི་ཕྱིར་དུ་སྟོས་པའི་ཕྱིར། དུག་པ་དོན་  
 དམ་པ་སྟོང་པ་ཉིད་ནི། དེ་ནི་ཞེས་པ་ཤོ་ལོ་ཀ་གཉིས་ཏེ། ཐར་པ་བྱུང་ན་ལས་  
 འདས་པ་ཆོས་ཅན། དོན་དམ་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། སྐྱེས་བུའི་ཐོབ་བྱ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་  
 པའི་བྲལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དོན་དམ་པ་སྟོང་པ་ཉིད་འདིར་སྟོས་པ་ལ་དགོས་པ་  
 ཡོད་དེ། དེ་བྲུག་པ་སོགས་ཐར་པ་རྟག་ཇས་སུ་འཛིན་པ་བརྟོག་པའི་ཆེད་དུ་



གསུངས་པའི་ཕྱིར། བདུན་པ་དང་བརྒྱད་པ་འདུས་བྱས་དང་འདུས་མ་བྱས་སྟོང་  
 པ་ཉིད་ནི། རྒྱུན་ལས་བྱུང་ཕྱིར་ཞེས་པ་ཤོ་ལོ་ཀ་རེ་རེ་ཏེ། ཁམས་གསུམ་པོ་དང་  
 འདུས་མ་བྱས་གཉིས་ཆོས་ཅན་དུ་བརྒྱུད་ནས་ནང་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་སྐབས་ལྟར་སྦྲར་  
 རོ། །དགུ་པ་མཐའ་ལས་འདས་པ་སྟོང་པ་ཉིད་ནི། གང་ལ་ཞེས་པ་རྐང་པ་བཞི་  
 ལྟེ། རྟག་ཆད་ཀྱི་མཐའ་ལས་འདས་པའི་དབུ་མའི་ལམ་སྟོང་གཞི་ཆོས་ཅན་ཏེ།  
 དགོས་པ་ནི་དབུ་མའི་ལམ་ལ་བདེན་འཛིན་བརྒྱུག་པའི་ཆེད་དུ་གསུངས་པའི་  
 ཕྱིར། བརྒྱ་པ་ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་མེད་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་ནི། ཐོག་མ་ཞེས་པ་ཤོ་ལོ་  
 ཀ་གཉིས་ཏེ། ཐོག་མ་དང་དེ་ལ་ལྟོས་པའི་དབུས་དང་ཐ་མ་གསུམ་དང་བྲལ་བའི་  
 འཁོར་བ་ནི་སྟོང་གཞི་ཆོས་ཅན་ནོ། །འགོ་འོང་བདེན་པ་བ་དང་བྲལ་བས་སྤི་ལམ་  
 ལྟ་བུའི་འཁོར་བ་རང་བཞིན་གྱིས་དབེན་བ་ཆོས་ཅན། ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་མེད་པ་  
 སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། བཤད་པ་ལྟར་གྱི་ཐོག་མཐའ་དང་བྲལ་བའི་འཁོར་བ་རང་  
 བཞིན་གྱིས་སྟོང་པའི་སྟོང་ཆ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་རྣམས་སྦྲར་ལྟར་རོ། །བརྒྱ་  
 གཅིག་པ་དོར་བ་མེད་པ་སྟོང་པ་ཉིད་ནི། དོར་བ་ཞེས་པ་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་ཏེ། དོར་  
 བྱར་མེད་པའི་སྤྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་དགོ་བའི་ཆོས་རྣམས་སྟོང་གཞི་ཆོས་ཅན་  
 ཏེ། སྟོར་ཆོན་གསུམ་པོ་ནང་སྟོང་པ་ཉིད་ལྟར་རོ། །བརྒྱ་གཉིས་པ་རང་བཞིན་  
 སྟོང་པ་ཉིད་ནི། འདུས་བྱས་ཞེས་པ་ཤོ་ལོ་ཀ་གཉིས་ཏེ། འདུས་བྱས་ལ་སོགས་  
 པའི་ཆོས་རྣམས་རང་བཞིན་གྱིས་དབེན་བ་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད་  
 ཅེས་སྟོས་པ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཤེས་པ་དང་མཐོང་

བས་གསར་དུ་བྱས་སམ་སྐྱེས་པའི་དོགས་པ་བརྒྱུག་པའི་ཆད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 གཞན་རྣམས་སྤར་ལྟར་རོ། །བཅུ་གསུམ་པ་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་ཉིད་ནི།  
 ཁམས་བཅོ་བརྒྱད་ཅེས་པ་རྒྱུ་ལྟེ། འདུས་བྱས་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་ཆོས་  
 ཐམས་ཅད་སྟོང་གཞི་ཆོས་ཅན་ནོ། །བཅུ་བཞི་པ་རང་གི་མཚན་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་  
 སྤང་པོ་ལྟེ་རང་གི་མཚན་ཉིད་ནི། གཟུགས་ནི་ཞེས་པ་རྒྱུ་ལྟེ། དེ་  
 གཟུགས་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད་གཟུགས་རུང་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་  
 གྱིས་མེད་དེ། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གཅིག་དང་དུ་མ་གང་དུ་ཡང་མེད་པའི་  
 ཕྱིར། དེ་བཞིན་དུ་ཆོར་བའི་རྣམ་སྤྲིན་སྟོང་པ་དང་འདུ་ཤེས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ཐུན་  
 མོང་མིན་པའི་མཚན་མར་འཛིན་པ་དང་། འདུ་བྱེད་ཀྱི་སེམས་ཡུལ་ལ་འདུ་བྱེད་  
 པ་དང་། རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རང་གི་མཚན་ཉིད་རྣམ་པར་རིག་པ་  
 རྣམས་སྟོང་གཞི་ཆོས་ཅན་ནོ། །ཡུང་ཁམས་སྐྱེ་མཆེད་གསུམ་གྱི་རང་གི་མཚན་  
 ཉིད་ནི། སྤང་པོ་ཞེས་པ་རྒྱུ་ལྟེ། སྤང་པོའི་སྐྱུ་ག་བསྐྱེད་གསུམ་གང་རུང་  
 གི་རང་བཞིན་དང་། ཁམས་ཀྱི་འཛིན་པར་བྱེད་པར་ཆོས་མཐུན་བས་སྐྱུ་ག་དུག་  
 པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་དང་། སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་ཀྱི་སེམས་སེམས་བྱུང་སྐྱེ་བའི་སྟོ་  
 ཉིད་དུ་གསུངས་པ་རྣམས་སྟོང་གཞི་ལོ། །རྒྱ་རྒྱུན་འདུ་འཕྲོད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཅན་  
 རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ནི། རྟེན་ཅིང་ཞེས་པ་རྒྱུ་ལྟེ། སྤང་པོ་ལྟེ་སྐྱུ་ག་དུག་གི་  
 ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད་ནི། གཏོང་པ་ཞེས་པ་ཤོ་ལོ་ཀ་གཉིས་ཏེ།  
 གཏོང་བའི་སེམས་པའི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་དང་། སྟོང་བའི་སེམས་པ་དང་། མི་

མཐུན་ཕྱོགས་ལ་ཁྱོ་བ་མེད་པ་དང་། དག་བའི་བྱ་བ་ལ་སྟོ་བ་དང་། དམིགས་པ་  
 དང་དག་བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟུང་པ་དང་། འགའ་ལ་ཡང་ཆགས་པ་མེད་པའི་  
 མཚན་ཉིད་ཅན་རྣམས་ནི་རིམ་པ་བཞིན་དུ་ཐར་ཕྱིན་དུག་གི་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་སྟོང་  
 གཞིའོ། །བསམ་གཏན་གཟུགས་མེད་ཀྱི་ནི། བསམ་གཏན་ཞེས་པ་རྟེན་པ་བཞི་  
 སྟེ། བསམ་གཏན་གཟུགས་མེད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་ཁོང་ཁྱོ་སྤངས་  
 པས་སེམས་མི་འབྲུག་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ།  
 ཞེས་སྟུང་རོ། །བྱང་ཕྱོགས་དང་རྣམ་ཐར་སྟོགས་ལྟར་དང་རྣམ་པར་ཐར་པ་བརྒྱད་  
 ཀྱི་ཐུན་མོང་མིན་པའི་མཚན་ཉིད་ནི། བྱང་ཆུབ་ཅེས་པ་ཤོ་ལོ་ཀ་གཉིས་ཏེ། འཁོར་  
 བ་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་བར་བྱེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཕྱོགས་མཐུན་གྱི་ཆོས་རྣམས་  
 དང་། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་དངོས་པོ་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བྱི་མས་མ་སྤྲགས་པའི་རྣམ་  
 པར་ཐར་པའི་སྟོ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། རྒྱུའི་མཚན་མ་བདེན་པར་འཛིན་པ་ཉི་བར་ནི་  
 བའི་མཚན་མ་མེད་པ་དང་། འབྲས་བུ་ལ་སྟོན་པ་བདེན་པར་འཛིན་པ་དང་བྲལ་  
 བའི་སྟོན་པ་མེད་པ་དང་། སྟོམས་འཕྲུག་གི་སྒྲིབ་པ་ལས་གྲོལ་བར་བྱེད་པའི་རྣམ་  
 ཐར་བརྒྱད་རྣམས་སྟོང་གཞི་ཆོས་ཅན་འོ། །སྟོབས་བཏུ་དང་མི་འཛིགས་པ་བཞི་  
 དང་མོ་མོར་ཡང་དག་པར་རིག་པ་བཞི་དང་ཆོད་མེད་པ་བཞི་དང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 ཆོས་མ་འདྲེས་པ་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མཚན་ཉིད་ནི། སྟོབས་  
 རྣམས། ཞེས་པ་ནས། མི་འབྲུགས་རང་མཚན་ཉིད་ཅེས་པའི་བར་ཤོ་ལོ་ཀ་བཞི་  
 སྟེ། ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་ངེས་ཤིང་གཏན་ལ་ཐབ་པའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་སྟོབས་

དང་། མི་མཐུན་སྤྱོད་གས་སུས་ཀྱང་གཞན་དུ་བྱ་བར་མི་རྩས་པ་ཡིན་ཏུ་བརྟན་པའི་  
 མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་མི་འཇིགས་པ་དང་། ཆོས་དང་དོན་སོགས་ལ་ཐོགས་པ་མེད་  
 བར་འཕྲུག་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་སོ་སོར་ཡང་དག་པར་རིག་པ་དང་། འགྲོ་བ་  
 མཐའ་དག་ལ་ཕན་པ་ཆེན་པོ་སྤྱོད་པ་དང་སྤྱུག་བསྐྱུས་མཐའ་དག་ལས་སྦྱོབ་པ་  
 དང་། བདེ་བ་དང་ལྷན་སྤྱུག་བསྐྱུས་དང་བྲལ་ན་དགའ་བ་དང་། རྗེས་ཆགས་  
 དང་ཁོང་ཁོ་དང་མ་འདྲེས་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་ཆད་མེད་བཞི་དང་། ཉན་རང་  
 སོགས་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མ་འདྲེས་པ་བཙེ་བརྒྱད་  
 རྣམས་ནི་སྟོང་གཞིའོ། །རྣམ་མཁྱེན་གྱི་མཚན་ཉིད་ནི། རྣམ་ཀུན་ཞེས་པ་ཀྱང་པ་  
 བཞི་སྟེ། ཆོས་ཐམས་ཅད་མ་དོན་སུམ་དུ་མཁྱེན་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ནི་སྟོང་  
 གཞིའོ། །བསྐྱུས་ཏེ་བསྟན་པ་ནི། གང་ཞིག་ཅེས་པ་ཀྱང་པ་བཞི་སྟེ། འདུས་བྱས་  
 འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ཐུན་མོང་མིན་པའི་མཚན་ཉིད་ཆོས་ཅན། རང་  
 བཞིན་གྱིས་མེད་དེ། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གཅིག་དང་དུ་མ་གང་དུ་ཡང་མ་  
 གྲུབ་པའི་བྱིར། བཙེ་ལྟ་པ་མི་དམིགས་པ་སྟོང་པ་ཉིད་ནི། ད་ལྟར་ཞེས་པ་ཤོ་ལོ་  
 ཀྱི་གཉིས་ཏེ། ད་ལྟར་བ་སྐྱད་ཅིག་ལས་ལྷག་པར་མི་གནས་པ་དང་། འདས་མ་  
 འོངས་ཞིག་པ་དང་མ་སྦྱོས་པས་དུས་གསུམ་པོ་ཕན་ཚུན་གཅིག་གི་དུས་སུ་གཅིག་  
 མ་དམིགས་པ་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དེ། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་  
 གཅིག་དང་དུ་མ་དང་བྲལ་པའི་བྱིར། དུས་གསུམ་པོ་ཕན་ཚུན་གཅིག་གི་དུས་སུ་  
 གཅིག་མ་དམིགས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་དེ་ཆོས་ཅན། མི་དམིགས་པ་སྟོང་

བ་ཉིད་ཅེས་བྱ་སྟེ། རྟག་མ་ཐག་པའི་མི་དམིགས་པའི་དོན་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་  
སྟོང་པའི་སྟོང་ཆ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བཅུ་དྲུག་པ་དངོས་པོ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྟོང་  
བ་ཉིད་ནི། རྟེན་ལས་ཞེས་པ་རྟེན་པ་བཞི་སྟེ། རྒྱ་དང་རྟེན་ལས་བྱུང་བས་ཆོགས་  
བ་བདེན་པ་བ་དང་བྲལ་བའི་འདུས་བྱས་རྣམས་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱིས་  
དབེན་ཏེ། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གཅིག་དུ་མ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་སྟོང་ཉིད་ཕྱི་མ་བཞི་རྟག་པ་ལ་བཞིའི་དང་པོ་དངོས་པོ་སྟོང་བ་  
ཉིད་ནི། དངོས་པོའི་ཞེས་པ་རྟེན་པ་བཞི་སྟེ། སྤང་པོ་ལྷ་པོ་སྟོང་གཞི་ཆོས་ཅན་  
ཏེ། བད་སྟོང་བ་ཉིད་ཀྱིས་སྐབས་ལྟར་སྦྲར་རོ། །གཉིས་པ་དངོས་པོ་མེད་པ་སྟོང་བ་  
ཉིད་ནི། མདོར་བསྡུས་ཞེས་པ་རྟེན་པ་བཞི་སྟེ། འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་  
སྟོང་གཞི་ཆོས་ཅན་ནོ། །གསུམ་པ་རང་གི་ངོ་བོ་སྟོང་བ་ཉིད་ནི། རང་བཞིན་ཞེས་  
པ་རྟེན་པ་བཞི་སྟེ། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་སྟོང་གཞི་  
སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། སྟོང་བ་ཉིད་ཀྱི་དབྱེ་བར་སྟོས་པ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། ཉན་ཐོས་  
སོགས་ཀྱིས་གསར་དུ་བྱས་སམ་སྟམ་པ་དང་། རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་བམ་  
སྟམ་པའི་དོགས་པ་བསྐྱོག་པའི་ཆེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བཞི་པ་གཞན་གྱི་དངོས་པོ་  
སྟོང་བ་ཉིད་ནི། སངས་རྒྱས་ཞེས་པ་རྟེན་པ་དྲུག་སྟེ། སངས་རྒྱས་རྣམས་བྱུང་  
ཡང་རུང་མ་བྱུང་ཡང་རུང་། ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་གནས་པའི་ཆོས་ཀྱན་བདེན་  
པས་སྟོང་བ་དེ་ཆོས་ཅན། གཞན་གྱི་དངོས་པོ་སྟོང་བ་ཉིད་ཅེས་བྱ་སྟེ། གཙོ་བོ་ལ་  
སོགས་པའི་བྱེད་པ་པོ་དོན་གཞན་གྱིས་སྟོང་པའི་དེ་བཞིན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

སྤྲོད་ཅིང་གྱི་དབྱེ་བར་བཞོན་པ་ཡང་བྱེད་པ་པོ་དོན་གཞན་གྱིས་བྱས་སམ་སྟེ་མ་  
 བའི་དོགས་པ་དགག་པའི་ཆེད་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པ་མདོ་གང་ལས་བསྐྱེད་པ་  
 གི། ཤེས་རབ་ཅེས་པ་རྒྱུ་བའི་གཉིས་སྟེ། རི་སྐྱོད་ལའང་བའི་སྤྲོད་པ་ཅིང་དེ་དག་  
 ཆོས་ཅན། བ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་ཤེས་བྱི་མདོ་སྟེ་ལས་གསུངས་ཏེ། བདག་  
 མེད་གཉིས་ལ་སྤྲོད་ཅིང་བཞིར་བསྐྱེད་པ་དང་། བཅུ་དྲུག་ཏུ་དབྱེ་བའི་སྒྲོ་ནས་མདོ་  
 སྟེ་ལས་གསུངས་པའི་བྱིར།

གསུམ་པ་སའི་ཡོན་ཏན་བཞི་དེ་བའི་སྒྲོ་ནས་མཐུག་བསྐྱེད་པ་ལ་བཞི།  
 མ་བྱེད་པའི་བྱེད་པར། བཅེ་བའི་བྱེད་པར། རུས་པའི་བྱེད་པར། འབྲས་བུའི་  
 བྱེད་པར་རོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ལྟར་ཞེས་པ་རྒྱུ་བའི་བཞི་སྟེ། ས་དྲུག་པ་ལ་གནས་  
 པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དབའ་ཆོས་ཅན། ཐབས་ཀྱི་ཆས་བསྐྱེད་པའི་ཀུན་རྫོབ་  
 བདེན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་འགོག་པ་ལ་སྟོམས་པར་འཕྲུག་རུས་ཏེ། རང་གི་ལག་ན་  
 གནས་པའི་སྐྱུ་རྩ་ར་བཞིན་དུ་སྤྲོད་པ་གསུམ་པོ་འདི་དག་སྐྱེ་བ་མེད་པར་མཛོན་  
 སུམ་དུ་གསལ་ལ་བར་རྟོགས་པའི་སྐྱེས་བུ་ཡིན་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་ནི། ཏག་ཏུ་  
 ཞེས་པ་རྒྱུ་བའི་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། དུས་རིང་པོ་འགོག་པ་ལ་སྟོམས་པར་  
 འཕྲུག་པའི་རུས་པ་ཐོབ་ཀྱང་སྐབས་དེར་འགོག་པ་མཛོན་དུ་མི་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཚན་  
 ཡོད་དེ། དེ་ཐོབ་ཀྱང་འགོ་བ་མགོན་མེད་པ་ལ་དམིགས་པའི་སྟོང་རྗེ་ལུལ་དུ་བྱིན་  
 པའི་སྟོབས་ཀྱིས་དེར་འགོག་པ་མཛོན་དུ་མི་བྱེད་པའི་བྱིར། གསུམ་པ་ནི། དེ་  
 བོང་ཞེས་པ་རྒྱུ་བའི་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། བྱེད་ཀྱིས་ས་བདུན་པ་ཐོབ་པའི་ཆོ་

ཉན་རང་རྣམས་ཤེས་རབ་གི་སྒྲོབས་གིས་ཟིལ་གྱིས་གནོན་ནུས་ཏེ། ས་དྲུག་པ་  
 རྒྱུད་ལ་ལྷན་བཞིན་པས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པའི་སྒྲེས་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བཞི་པ་  
 བེ། ཀུན་རྫོབ་ཅེས་པ་རྒྱུད་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། རྒྱལ་བ་སངས་རྒྱས་གི་ཡོན་  
 ཏན་རྒྱ་མཚོ་སྤྱུང་བའི་པ་རེ་ལ་ཏུ་ཆོག་པས་གཉིས་གི་རྒྱུད་གི་ཤུགས་སྒྲོབས་གིས་འགོ་  
 བར་འགྱུར་ཏེ། ཀུན་རྫོབ་གི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཐབས་གི་ཆའི་རིགས་མ་ཆང་བ་མེད་  
 པ་དང་། དོན་དམ་པའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཡེ་ཤེས་གི་ཆོག་པས་གི་རིགས་མ་ཆང་བ་  
 མེད་པའི་གཤོག་པ་གཉིས་རྒྱས་པར་གྱུར་པའི་སེམས་དཔའ་འབགས་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། སེམས་བསྐྱེད་པ་དྲུག་པ་བཤད་ཟིན་ཏོ།

ཕྱི བདུན་པ་ས་རིང་དུ་སོང་བ་ནི། རིང་དུ་ཞེས་པ་རྒྱུད་པ་གསུམ་སྟེ། ས་  
 བདུན་པ་ལ་གནས་པའི་བྱུང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་ཆོས་ཅན། སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ལ་  
 འགོག་པའི་སྒྲོམས་འཇུག་ལ་འཇུག་ལྡང་བྱེད་ནུས་ཀྱང་། སྐབས་དེར་འགོག་པ་  
 མཛོན་དུ་བྱ་བ་མིན་ཏེ། ཐབས་མཁས་གི་ཕར་ཕྱིན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་མ་དག་  
 ས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སེམས་བསྐྱེད་པ་བདུན་པ་བཤད་ཟིན་ཏོ།

ཕྱི བརྒྱུད་པ་ས་མི་གཡོ་བ་ལ་གཉིས། ས་བདུན་པ་བས་བརྒྱུད་པ་ཐོབ་ཕྱིར་  
 དུ་བཙོན་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་། ས་བརྒྱུད་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱུང་པར་རོ། །དང་པོ་  
 བེ། ཡང་ཡང་ཞེས་པ་རྒྱུད་པ་གསུམ་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་  
 ཕྱིར་མི་སྒྲོག་པའི་ས་བརྟེས་པའི་ས་མི་གཡོ་བ་ལ་འཇུག་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ།  
 ས་བདུན་པ་མན་ཆད་དུ་ཐོབ་པའི་ཆོག་པས་གཉིས་གི་དགོ་བ་ལས་སྤྲུག་པ་ཐོབ་པའི་

བྱིར་དུ་དེ་ལ་འཇུག་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་ལ་བཞི། རྟོགས་པའི་བྱིར་པར་དང་།  
 སྤངས་པའི་བྱིར་པར་དང་། རུས་པའི་བྱིར་པར་དང་། གཟུགས་སྐྱེ་ཐོབ་པར་བྱེད་  
 པའི་ཐབས་ཀྱི་བྱིར་པར་རོ། །དང་པོ་ནི། འདི་ཡི་ཞེས་པ་རྐང་པ་གཉིས་ཏེ། ས་  
 བརྒྱད་པ་བ་ཆོས་ཅན། སྤར་ས་དང་པོ་སྟོན་ལམ་ཆེན་པོ་བཅུ་ལ་སོགས་པའི་སྟོན་  
 ལམ་འབྲུམ་སྤྱག་གྲངས་མེད་པ་བཏབ་པ་དེ་དག་ཆོས་ཡོངས་སུ་དག་པ་ཐོབ་པ་  
 ཡིན་ཏེ། སྟོན་ལམ་གྱི་པར་བྱིན་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེ་ཆོས་  
 ཅན། ཉོན་མོངས་ཟད་པར་སྤངས་པའི་ཞི་བའི་བདེ་བ་ལས་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་  
 སྟོང་བར་མཛད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། དེ་འབའ་ཞིག་ལ་སྟོམས་པར་ཞུགས་ན་  
 ཆད་པའི་མཐར་ཐུང་ཞིང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གཟུགས་སྐྱེའི་ཡོན་ཏན་སྐྱབ་པའི་བྱིར་  
 དུ་དེ་ལས་སྟོང་བར་མཛད་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་ནི། ཆགས་པ་མེད་པའི་  
 ཞེས་པ་རྐང་པ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཉོན་མོངས་ས་བོན་དང་བཅས་པ་ཟད་  
 པར་སྤངས་པ་ཡིན་ཏེ། ཆགས་པ་མེད་པའི་སྟོན་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་  
 དབང་ཐོབ་པའི་བྱིར། འབྲུག་པར་ཐལ། མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཉོན་མོངས་དང་ལྷན་  
 ཅིག་མི་གནས་འགལ་ལ་བརྟེན་པའི་གཞོད་བྱ་གཞོད་བྱེད་དུ་སོང་བའི་སྟོན་སྣེ་  
 ཅིག་ཏུ་མི་གནས་པའི་བྱིར། གསུམ་པ་ནི། ཉོན་མོངས་ཟད་ཅིང་ཞེས་པ་རྐང་པ་  
 གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཉོན་མོངས་ཟད་པར་སྤངས་ཤིང་ཁམས་གསུམ་གྱི་སྒྲ་  
 མར་གྲུར་གྲུང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་རྟོགས་པ་ཐོབ་བྱིར་དུ་སྦྱིམ་པར་བྱ་དགོས་ཏེ།  
 དེ་ལྟར་གྲུར་གྲུང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འབྱོར་པ་མ་ལུས་པ་ད་དུང་མ་ཐོབ་པས་བརྟོན་



དགོས་པའི་ཕྱིར། བཞི་བ་ནི། འཁོར་བ་འགགས་ཀྱང་ཞེས་པ་རྐང་བ་གཉིས་  
 ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཉན་མོངས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་འཁོར་བ་སྤངས་ཀྱང་སྤྱིད་པར་  
 ཆོགས་ཇོགས་པར་བྱེད་པ་མི་འགལ་ཏེ། དབང་བཅུ་ཐོབ་ཅིང་ཡིད་ཀྱི་རང་བཞིན་  
 གྱི་ལུས་ཀྱི་སྒྲོན་ས་ཆོགས་ཇོགས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། སེམས་བསྐྱེད་པ་བརྒྱད་པ་  
 བཤད་ཟིན་ཏོ།

༥ དགྲུ་བ་ལེགས་པའི་སྒྲོ་བློས་ནི། དགྲུ་བ་ཞེས་པ་རྐང་བ་གཉིས་ཏེ། ས་  
 དགྲུ་བ་ལ་གནས་པའི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ཆོས་ཅན། ས་བརྒྱད་པའི་སྐབས་  
 ལས་ཆེས་ཡོངས་སུ་དག་པའི་ཡོན་ཏན་ཐོབ་སྟེ། སྐབས་ཀྱི་པར་ཕྱིན་དང་། སོ་  
 སོར་ཡང་དག་རིག་པ་བཞིའི་ཡོན་ཏན་ཆེས་ཡོངས་སུ་དག་པ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར།  
 སེམས་བསྐྱེད་པ་དགྲུ་བ་བཤད་ཟིན་ཏོ།

༦ བཅུ་བ་ཆོས་ཀྱི་སྤྱིན་ལ་གཉིས། ཉོགས་པའི་བྱེད་པར་དང་། འཕྲིན་ལས་  
 ཀྱི་བྱེད་པར་རོ། །དང་པོ་ནི། བཅུ་བའི་ཞེས་པ་རྐང་བ་གཉིས་ཏེ། ས་བཅུ་བ་ལ་  
 གནས་པའི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ཆོས་ཅན། ས་དགྲུ་བ་མན་ཆད་ལས་ཆེས་  
 ལྷག་པའི་ཡོན་ཏན་ཐོབ་སྟེ། སངས་རྒྱལ་རྣམས་ལས་འོད་ཟེར་ཆེན་པོའི་དབང་  
 བསྐྱར་དམ་པ་ཐོབ་ཅིང་། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་པར་ཕྱིན་ཇོགས་པར་ཐོབ་པའི་ཕྱིར།  
 གཉིས་པ་ནི། ཆར་སྤྱིན་ཞེས་པ་རྐང་བ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། འཕྲིན་ལས་  
 ཆེས་ཡོངས་སུ་དག་པ་ཐོབ་སྟེ། ཆར་སྤྱིན་ལས་ཆར་ལྷར་འགོ་བ་རྣམས་ཀྱི་དག་  
 བའི་ལོ་ཐོག་འཕེལ་བའི་ཆེད་དུ་རྩོམ་པ་ཞི་བའི་སྒྲོན་ས་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཆོས་

གྱི་ཆར་འབབས་པའི་བྱིར། སེམས་བསྐྱེད་པ་བཅུ་པ་བཤད་ཟིན་དོ།

༥ གཉིས་པ་ས་དེ་དག་གི་གནས་སྐབས་སུ་ཐོབ་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་གསུམ་  
 ས་དང་པོ་དང་གཉིས་པའི་སྐབས་སུ་ཐོབ་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་གངས་དང་། གསུམ་  
 པ་ནས་བརྟན་པའི་བར་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་ཐོབ་པའི་ཡོན་ཏན་དང་། དག་པ་ས་  
 གསུམ་གྱི་སྐབས་སུ་ཐོབ་པའི་ཡོན་ཏན་ནོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ཆོ། ཞེས་པ་ནས། དེ་  
 དག་སྟོང་ནི་ཡང་དག་ཐོབ་པར་གྱུར་ཏེ་ཞེས་པའི་བར་ཏེ། ས་དང་པོ་ལ་གནས་  
 པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཆོས་ཅན། ཡོན་ཏན་བརྒྱ་ཕྱག་བཅུ་གཉིས་ཐོབ་པ་  
 ཡིན་ཏེ། དུས་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་ལ་སངས་རྒྱས་བརྒྱའི་ཞལ་མཐོང་བ་ནས་ལུས་  
 བརྒྱའི་ལུས་རེ་རེ་ལ་འཁོར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བརྒྱ་བརྒྱ་དང་ལྷན་པར་ཀུན་  
 ཏུ་སྟོན་པའི་བར་གྱི་ཡོན་ཏན་རྣམས་ཐོབ་པའི་བྱིར། ས་གཉིས་པ་ལ་གནས་པའི་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཆོས་ཅན། ཡོན་ཏན་སྟོང་ཕྱག་བཅུ་གཉིས་ཐོབ་པ་ཡིན་  
 ཏེ། དུས་སྐད་ཅིག་གཅིག་ལ་སངས་རྒྱས་སྟོང་གི་ཞལ་མཐོང་བ་ནས་རང་གི་  
 ལུས་སྟོང་པོ་རེ་རེ་ལ་འཁོར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྟོང་སྟོང་དང་ལྷན་པར་  
 ཀུན་ཏུ་སྟོན་པའི་བར་གྱི་ཡོན་ཏན་རྣམས་ཐོབ་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་ནི། ས་ལྟ་  
 པོ། ཞེས་པ་ནས། མཐའ་དག་རབ་ཏུ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །ཞེས་པའི་བར་ཏེ།  
 རིམ་བཤུ་ཡོན་ཏན་འབྱུང་ཕྱག་དང་། བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱ་དང་། བྱེ་བ་ཕྱག་  
 སྟོང་དང་། བྱེ་བ་ཕྱག་འབུམ་དང་། བྱེ་བ་ཕྱག་ཁྲིག་འབུམ་ཕྱག་སྟོང་འགྱུར་དུ་  
 ཐོབ་པར་གྱུར་རོ། །གསུམ་པ་ལ་ས་བརྒྱད་པར་ཐོབ་པའི་ཡོན་ཏན་ནི། མི་གཡོའི་

སར་གནས་ཞེས་པ་རྐང་པ་བཞི་སྟེ། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ས་བརྒྱད་པ་ལ་གནས་  
བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ས་བདུན་པ་མན་ཆད་གྱི་ཡོན་ཏན་ལས་ཆེས་ལྷག་པ་  
ཐོབ་སྟེ། དེས་སྟོང་གསུམ་གྱི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་འབུམ་གྱི་རྩལ་སྤྲ་རབ་གྱི་  
གངས་དང་མཉམ་པའི་ཡོན་ཏན་ཐོབ་པའི་སྤྱིར། ས་དགུ་པའི་ཡོན་ཏན་ནི།  
ལེགས་པའི་ཞེས་པ་རྐང་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ས་བརྒྱད་པ་བས་ཀྱང་ཆེས་  
ལྷག་པའི་ཡོན་ཏན་ཐོབ་སྟེ། དེས་སྟོང་གསུམ་གྱིས་འཛིག་རྟེན་ཁམས་གངས་མེད་  
འབུམ་སྤྲག་བརྒྱའི་རྩལ་སྤྲ་རབ་དང་མཉམ་པའི་ཡོན་ཏན་ཐོབ་པའི་སྤྱིར།

ས་བརྒྱུ་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་གཉིས། གངས་གྱི་བྱུང་པར་དང་། མཐའི་བྱུང་  
པར་རོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ཞིག་ཅེས་པ་རྐང་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ས་བརྒྱུ་པའི་  
ཡོན་ཏན་རང་ལས་སྟོང་མན་རྣམས་གྱིས་གངས་ཡོངས་སུ་ཆོང་བ་ངེས་མི་རྣམས་  
ཏེ། དེའི་ངག་གི་སྟོང་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་སྤྱིར། ས་བརྒྱུ་པ་བ་དེས་ས་དགུ་པ་  
མན་ཆད་གྱི་ཡོན་ཏན་ལས་ཆེས་ལྷག་པ་ཐོབ་སྟེ། སྟོང་གསུམ་གྱི་ཞིང་བཟོད་དུ་  
མེད་པའི་ཡང་བཟོད་དུ་མེད་པ་རྣམས་ན་རྩལ་ཇི་སྟེད་ཡོད་པ་དེ་རྣམས་གྱི་གངས་  
དང་མཉམ་པ་ཐོབ་པའི་སྤྱིར། གཉིས་པ་ནི། བ་སྤྱིའི་ཞེས་པ་རྐང་པ་བཞི་སྟེ། དེ་  
ཆོས་ཅན། ས་བརྒྱུ་པ་བ་དེས་དེ་མན་ཆད་ལས་ཆེས་ལྷག་པའི་མཐུ་བྱུང་པར་ཅན་  
ཐོབ་སྟེ། ཀུན་སྟོང་གི་རྣམ་རྟོག་མངོན་གྱུར་དུ་མེད་བཞིན་དུ་བ་སྤྱིའི་ཁྱད་བྱ་རེ་  
རེར་སངས་རྒྱུས་གྱི་སྤྱུ་གངས་མེད་པ་རེ་རེ་ཞིང་ཡང་འཁོར་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔལ་བགྲང་བ་ལས་འདས་པས་བསྟོར་བ་དང་། འགྲོ་བ་ལྔའི་འཁོར་བ་རྣམས་

ཀྱང་མ་འདྲེས་པར་སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ལ་སྟོན་ནུས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་འབྲས་བུའི་ས་མཁའ་པ་ལ་གསུམ། མངོན་པར་བྱང་ཆུབ་པའི་  
 ཚུལ་དང་། མངོན་པར་བྱང་ཆུབ་པའི་ངོ་བོ་དང་། ཆོས་ཀྱི་སྐྱར་མངོན་པར་བྱང་  
 ཆུབ་པའི་དུས་དང་བཞུགས་པའི་དུས་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། དངོས་  
 དང་། ཚུད་སྟོང་ངོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། གནས་གང་དུ་མངོན་པར་བྱང་ཆུབ་པ་  
 དང་། ཇི་ལྟར་མངོན་པར་བྱང་ཆུབ་པའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི། གང་ཕྱིར་ཞེས་པ་  
 ཀྱང་པ་བཞི་སྟེ། ཐུབ་པ་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཆོས་ཅན། གཞན་དང་  
 མཚུངས་པ་མེད་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་ཁྱོད་ཀྱིས་འོག་མིན་གྱི་  
 གནས་སུ་མངོན་དུ་མཛད་པ་ཡིན་ཏེ། ནམ་མཁའ་ངི་མ་མེད་པ་ལ་གནས་པའི་ཉི་  
 མའི་འོད་ཟེར་གྱིས་གཟུགས་མཐའ་དག་གསལ་བར་བྱེད་པ་ལྟར། སངས་རྒྱས་  
 ཀྱི་སའི་ཆོས་རྣམས་ཐོབ་པའི་གོགས་ངི་མ་སྤྱོད་སྟོང་བར་བྱེད་པའི་ས་བརྒྱ་པ་  
 བརྟེས་པའི་ཆོ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མངོན་དུ་བྱ་ནུས་པར་མཁྱེན་ནས་འོག་མིན་གྱི་  
 གནས་དེར་མངོན་དུ་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་བཙོན་པར་མཛད་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི།  
 ཇི་ལྟར་ཞེས་པ་རྟེན་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱིས་དུས་སྐད་ཅིག་ལ་ཐམས་  
 ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐུགས་སུ་ཆུད་དེ། སྟོད་ཐ་དད་པའི་ནང་གི་ནམ་མཁའ་  
 ལ་དབྱེ་བ་མེད་པ་ལྟར་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་འོག་ཅིག་པའི་གནས་ལུགས་རང་  
 བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་ཉིད་དེ་འཁོར་བ་ཇི་སྟོན་པར་སྤྱར་ལྟར་བ་མེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་  
 དུས་སྐད་ཅིག་གཅིག་ལ་མངོན་དུ་མཛད་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ལ་གཉིས། ཚུད་

བ་དང་། དེའི་ལན་ནོ། །དང་པོ་ནི། གང་ཆོ་ཞེས་པ་རྐང་བ་བཞི་སྟེ། རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཡིན་ཞིང་དེ་མངོན་དུ་བྱས་སོ་ཞེས་བ་མི་འཐད་དེ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཡིན་ན་དེ་ལ་སྒོ་འཇུག་པ་མི་འཐད་དེ། དེའི་རྣམ་པ་འཆར་བ་མི་སྲིད་པའི་བྱིར། དེ་ལ་སྒོ་མ་ཞུགས་ན་དེ་ཤེས་པར་འགལ་བས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མངོན་དུ་བྱས་པ་ཞེས་ཇི་ལྟར་བཞེད། སེམས་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ཡིན་ན་ཡང་མཁྱེན་པ་པོ་མེད་པས་ངས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཐུགས་སུ་ཆུད་དོ་ཞེས་གཞན་ལ་སྟོན་པ་ཡང་མི་འཐད་དོ་ཞེས། གཉིས་པ་ལན་ལ་གཉིས། རང་གིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པ་འཐད་པ་དང་། གཞན་ལ་དེ་ཉིད་སྟོན་པ་འཐད་པའོ། །དང་པོ་ནི། གང་ཆོ་ཞེས་པ་རྐང་བ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཡུལ་ཡུལ་ཅན་གཉིས་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་དང་བྲལ་ཡང་ཁྱོད་གྱིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པ་མི་འཐད་པའི་སྟོན་མེད་པར་ཐལ། སྔོ་འཛིན་མངོན་སུམ་ཆད་མས་སྟོན་པའི་རྣམ་པ་ལགས་པར་ཤར་ནས་སྟོན་པོ་རྟོགས་པ་ལྟར་ཁྱོད་གྱི་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་དེས་ཀྱང་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་པ་དེའི་རྣམ་པ་ལགས་པར་ཤར་བའི་སྟོན་པ་དེ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་བྱིར། གཉིས་པ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་། རྣམ་རྟོག་མེད་བཞིན་དུ་གཞན་དོན་ལྷན་གྲུབ་ཏུ་གྲུབ་པའི་དབེ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ཡི་ཞེས་པ་རྐང་བ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། གཞན་ལ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྟོན་པ་མི་འཐད་པའི་སྟོན་ཡང་མེད་པར་ཐལ། ཁྱོད་གཟུགས་སྐྱེ་རྣམ་པ་གཉིས་ལ་བཞུགས་ནས་གདུལ་བུ་དང་འཆམ་པར་དངོས་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྟོན་ཅིང་དེར་མ་ཐད་ཁྱོད་གྱི་མཐུས་ཅི

ཕིང་ནགས་ཚལ་སོགས་ལས་ཀྱང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་བུ་དང་ནས་འཇིག་རྟེན་པས་དེ་  
ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་ཀྱས་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། རི་ལྟར་ཞེས་པ་ཤོ་ལོ་ཀ་གཉིས་  
ཏེ། དེ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱིས་འབད་ཚོལ་ཉེ་བར་ཞི་བའི་སྒོ་ནས་གཞན་ལ་དེ་ཁོ་ན་  
ཉིད་སྟོན་ཅིང་། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཐའ་ཡས་པ་སྐྱབ་ཀྱས་ཏེ། རི་མཁན་གྱིས་  
འཁོར་ལོ་ད་ལྟར་བསྐྱོར་བའི་ཚོལ་བ་མངོན་གྱུར་མེད་བཞིན་དུ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་  
འཁོར་ཞིང་སྟོད་ཐང་དང་པའི་རྒྱ་བྱེད་པ་ལྟར་ཚོལ་བ་མེད་བཞིན་དུ་ཚོས་ཀྱི་སྐྱེ་ལ་  
རྟུ་ཕུ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་རང་ནས་སྟོན་གྱི་སྟོན་ལམ་དང་། གདུལ་བྱའི་  
བསོད་ནམས་ཀྱི་དབང་གིས་གདུལ་བྱ་མཐའ་དག་གི་དོན་མཛད་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་མངོན་པར་བྱང་ཆུབ་པའི་ངོ་བོ་ལ་གཉིས། རང་དོན་ཚོས་ཀྱི་སྐྱེ་  
དང་། གཞན་དོན་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ་ལོ། །དང་པོ་ནི། ཤེས་བྱའི་ཞེས་པ་རྒྱུ་དང་བཞི་  
སྟེ། རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་ཚོས་ཅན། ཚོས་ཀྱི་སྐྱེ་  
ཞེས་བྱ་སྟེ། ཤེས་བྱའི་གཉིས་སྒྲུང་གི་བྱད་ཕིང་མ་ལུས་པ་བརྒྱུག་པའི་སྒོ་ནས་དེ་  
བཞིན་ཉིད་ལ་འཁོར་བ་རི་སྟོད་པར་སྐྱར་མི་ལྟར་བའི་ཚོལ་གྱིས་མཉམ་པར་  
བཞག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡོངས་སྟོད་རྟོགས་པའི་སྐྱེས་ཁྱེད་མངོན་  
སུམ་དུ་མཛད་པར་བཞག་ཏུ་རུང་སྟེ། སེམས་སེམས་བྱུང་གི་གཉིས་སྒྲུང་གི་  
འཇུག་པ་མ་ལུས་པ་ཉེ་བར་ཞི་བའི་ཡེ་ཤེས་མཐར་ཐུག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་  
ལ་བཞི། ཡོངས་སྐྱེ་དང་དེའི་རྒྱ་མཐུན་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་བཤད་པ་དང་།  
བཞེད་པ་ལ་མངའ་བསྐྱར་བ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་དང་། ཡོན་ཏན་ཕུན་སུམ་

ཚེགས་པ་ལག་པ་དང་། སྤྱལ་བའི་སྤྱུ་བྱེད་པར་དུ་ལག་པ་འོ། །དང་པོ་ལ་  
 གཉིས། ལོངས་སྤྱོད་ཚེགས་པའི་སྤྱུ་དང་། དེའི་རྒྱ་མཐུན་ཕུན་སུམ་ཚེགས་པ་  
 ལག་པ་འོ། །དང་པོ་ནི། ཞི་སྤྱུ་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ། ལོངས་སྤྱོད་ཚེགས་པའི་  
 སྤྱུ་ཚེས་ཅན། སྤྱོས་པ་མཐའ་དག་དང་བྲལ་ཞིང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་མི་མངའ་བ་  
 ཡིན་ཡང་དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་དང་། ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་ལྟར་སེམས་ཅན་གྱི་  
 མངོན་པར་འདོད་པའི་དོན་སྤྱུ་བ་པའི་རྒྱུར་གྱུར་ཏེ། མཐར་ཐིན་པའི་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་དངོས་སུ་སྤྲང་ཞིང་། འཁོར་བ་ཇི་སྲིད་པར་འཇིག་རྟེན་  
 པ་རྣམས་ཀྱི་མངོན་མཛོངས་ལེགས་ཀྱི་དོན་སྤྱུ་བ་པའི་ཕྱིར་རྟག་པར་བཞུགས་པའི་  
 སྤྱུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ལ་བཞི། རང་ཉིད་ཀྱི་འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་  
 ཀྱི་བྱང་ཆུབ་མཐའ་དག་སྤྱུ་གཅིག་ལ་དུས་གཅིག་དུ་སྟོན་རྒྱས་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའི་སྐབས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ཀུན་སྟོན་རྒྱས་པ་དང་། རང་ཉིད་སངས་རྒྱས་  
 པའི་གནས་སྐབས་དང་སངས་རྒྱས་གཞན་གྱི་སྤྱོད་པ་ཀུན་བ་སྤྱིའི་བྱང་བུར་སྟོན་  
 རྒྱས་པ་དང་། ཉན་རང་ལ་སོགས་པའི་སྤྱོད་པ་ཀུན་སྟོན་རྒྱས་པ་འོ། །དང་པོ་ནི།  
 ཐུབ་དབང་ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ། ཐུབ་པ་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཚེས་  
 ཅན། མཐུ་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་པ་མངའ་བ་ཡིན་ཏེ། འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་  
 ནས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་མཐའ་དག་མེ་ལོང་ནང་གི་གཟུགས་བརྟན་ལྟར་སྤྱུ་གཅིག་ལ་  
 དུས་གཅིག་དུ་གསལ་བར་སྟོན་རྒྱས་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་སྤྱིན་པའི་པར་ཐིན་ལ་  
 སྤྱོད་པའི་སྐབས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་སྟོན་རྒྱས་པ་ནི། སངས་རྒྱས་ཞེས་པ་ཤོ་ལོ་ཀ་

གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། སྟོན་སྟོན་པའི་པར་བྱིན་ལ་སྟོད་པའི་སྐབས་ཀྱི་བྱང་  
 ཚུལ་མ་ལུས་བ་ཡང་སྐྱ་གཅིག་ལ་སྟོན་རུས་ཏེ། སྟོན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ཇི་འབྲས་  
 ཐུབ་པའི་དབང་པོ་ཅི་འདྲ་བ་འཁོར་ཉན་ཐོས་དང་བཅས་པ་སོགས་ལ་སྟོན་བ་ཅི་  
 ཅམ་ཐུལ་བ་སོགས་སྐྱ་གཅིག་ལ་དུས་གཅིག་ཏུ་སྟོན་རུས་པའི་ཕྱིར། པར་བྱིན་  
 ལྷག་མ་གཞན་ཀྱི་བྱང་ཚུལ་སྟོན་རུས་བ་ནི། དེ་བཞིན་ཞེས་བ་ཀར་བ་བྱེད་དང་  
 གསུམ་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། སྟོན་པའི་བྱང་མཐའ་སྟོན་རུས་བ་ཁོ་ནར་ཟད་བ་མ་ཡིན་  
 ཏེ། སྟོན་གྱི་པར་བྱིན་ལྷག་མ་རྣམས་ལ་སྟོད་པའི་བྱང་ཚུལ་མཐའ་དག་ཀྱང་སྐྱ་  
 གཅིག་ལ་སྟོན་རུས་པའི་ཕྱིར། གསུམ་བ་ནི། ཉིད་སྟོད་བ་ཀྱན། ཞེས་བ་ནས།  
 གསལ་བར་སྟོན་ཞེས་པའི་བར་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། རང་ཉིད་ཀྱི་བྱང་ཚུབ་སེམས་  
 དཔའི་སྐབས་ཀྱི་སྟོད་པ་སྟོན་བ་ཁོ་ནར་ཟད་བ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། རང་ཉིད་ཀྱི་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐབས་ཀྱི་སྟོད་པ་དང་། སངས་རྒྱས་གཞན་གྱི་དང་པོ་ཐུགས་  
 བསྐྱེད་བ་ནས་སངས་རྒྱས་པའི་བར་གྱི་སྟོད་པ་ཀྱན་ཀྱང་བ་སྐྱའི་ཁྱད་བྱ་གཅིག་ལ་  
 གསལ་བར་སྟོན་རུས་པའི་ཕྱིར། བཞི་བ་ནི། དེ་བཞིན་ཞེས་བ་ཀར་བ་བཞི་སྟེ།  
 དེ་ཆོས་ཅན། གང་ཟག་གཞན་གྱི་ངོ་མཚར་པའི་སྟོད་པ་རྣམས་ཀྱང་སྟོན་རུས་  
 ཏེ། དུས་གསུམ་གྱི་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་དང་ཉན་རང་རྣམས་ཀྱི་སྟོད་པ་ངོ་  
 མཚར་བ་རྣམས་ཀྱང་བ་སྐྱའི་ཁྱད་བྱར་དུས་གཅིག་ལ་སྟོན་རུས་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་བ་བཞེད་པ་ལ་མངའ་སྐྱུར་བ་ཐུན་ཐུས་ཚོགས་བ་ལ་གཉིས།  
 དངོས་དང་། དུས་སྐད་ཅིག་ལ་སྟོན་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་གངས་མཐའ་ཡས་པའོ། །





བ་མཁུན་པའི་སྟོབས་མངའ་སྟེ། ལས་མི་དགོ་བ་ལས་རྣམ་སྤྲིན་ཡིད་དུ་མི་འོང་  
 བ་འབྱིན་བ་གནས་དང་། ཡིད་དུ་འོང་བ་འབྱིན་བ་གནས་མ་ཡིན་བ་སོགས་ལ་  
 མཁུན་བ་ཆགས་ཐོགས་མེད་པར་འཇུག་པའི་ཡེ་ཤེས་མཐར་ཕྱིན་བ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། གཉིས་བ་ལས་དང་རྣམ་སྤྲིན་མཁུན་པའི་སྟོབས་ནི། འདོད་དང་ཞེས་བ་  
 ཀྱང་བ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ལས་དང་རྣམ་སྤྲིན་མཁུན་པའི་སྟོབས་མངའ་སྟེ།  
 ལས་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་ལ་མཁུན་བ་ཆགས་ཐོགས་མེད་པར་འཇུག་པའི་ཡེ་ཤེས་  
 མཐར་ཕྱིན་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གསུམ་བ་མོས་བ་སྣ་ཆོགས་མཁུན་པའི་སྟོབས་  
 ནི། འདོད་ཆགས་ཞེས་བ་ཀྱང་བ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། མོས་བ་སྣ་ཆོགས་  
 མཁུན་པའི་སྟོབས་མངའ་སྟེ། སེམས་ཅན་ཆགས་སོགས་དང་དད་སོགས་འཁོར་  
 འདས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་ཆོས་རྣམས་ལ་མོས་བ་སྣ་ཆོགས་བ་ལ་མཁུན་བ་ཆགས་  
 ཐོགས་མེད་པར་འཇུག་པའི་ཡེ་ཤེས་མཐར་ཕྱིན་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མཁུན་བ་ཞེས་  
 བ་མན་ཆད་ཏུགས་ཕྱི་མ་ཀུན་ལ་ཡང་སྦྱར་རོ། །བཞི་བ་ཁམས་སྣ་ཆོགས་མཁུན་  
 པའི་སྟོབས་ནི། སངས་རྒྱུས་ཞེས་བ་ཀྱང་བ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཁམས་སྣ་  
 ཆོགས་མཁུན་པའི་སྟོབས་མངའ་སྟེ། མིག་ལ་སོགས་པའི་ཁམས་མཐའ་དག་གི་  
 རབ་དབྱེ་ལ་མཁུན་བ་ཞེས་སོགས་སྦྱར་རོ། །ཕྱེ་བ་དབང་པོ་མཆོག་དང་མཆོག་  
 མ་ཡིན་བ་མཁུན་པའི་སྟོབས་ནི། ཀུན་ཏུ་ཞེས་སོགས་ཀྱང་བ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་  
 ཅན། དབང་པོ་མཆོག་དང་མཆོག་མ་ཡིན་བ་མཁུན་པའི་སྟོབས་མངའ་སྟེ།  
 དབང་པོ་ཉི་ཤུ་ཅུ་གཉིས་ལ་སོགས་པའི་རང་གི་ངོ་བོ་དང་འབྲས་བུ་ལ་མཁུན་བ་

ཞེས་སོ། །དུག་པ་ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བའི་ལམ་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་ནི། ལམ་  
 འགའ་ཞེས་པ་རྒྱུད་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བའི་ལམ་  
 མཁྱེན་པའི་སྟོབས་མངའ་སྟེ། འགྲོ་བ་རིགས་དུག་ཏུ་འགྲོ་བའི་ལམ་དང་བྱང་  
 རྒྱུ་གསུམ་དུ་འགྲོ་བའི་ལམ་གྱི་རྣམ་དབྱེ་ལ་ཞེས་སོ། །བདུན་པ་བསམ་གཏན་  
 དང་རྣམ་ཐར་སོགས་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་ནི། འཇིག་རྟེན་ཞེས་པ་རྒྱུད་པ་བཞི་སྟེ།  
 དེ་ཆོས་ཅན། བསམ་གཏན་དང་རྣམ་ཐར་སོགས་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་མངའ་  
 སྟེ། རྣམ་ཐར་བརྒྱུད་དང་། མཐར་གནས་ཀྱི་སྟོམས་འཇུག་དགུ་དང་། བསམ་  
 གཏན་བཞི་ལ་སོགས་པའི་ངོ་མོ་དང་འཇུག་ལྡང་སོགས་ལ་ཞེས་སོ། །བརྒྱུད་པ་  
 སྟོན་གྱི་གནས་ཇེས་སུ་བྲན་པ་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་ནི། ཇི་སྟོན་ཅེས་པ་རྒྱུད་པ་བཞི་  
 སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། སྟོན་གྱི་གནས་ཇེས་སུ་བྲན་པ་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་མངའ་སྟེ།  
 སེམས་ཅན་མཐའ་དག་གི་སྟོན་གྱི་གནས་ཀྱི་རྒྱ་དང་སྟོན་གྱི་རྣམ་པ་དང་ཁ་དོག་  
 དང་། དུལ་སྟོགས་ཇི་ལྟ་བུར་སྐྱེས་པ་སོགས་ལ་ཞེས་སོ། །དགུ་པ་འཆི་འཕོ་  
 དང་སྐྱེ་བ་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་ནི། སེམས་ཅན་ཞེས་པ་རྒྱུད་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་  
 ཅན། འཆི་འཕོ་དང་སྐྱེ་བ་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་མངའ་སྟེ། འཇིག་རྟེན་མ་ལུས་པའི་  
 འཆི་འཕོ་དང་སྐྱེ་བ་ནམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་པའི་རབ་དབྱེ་ལ་ཞེས་སོ། །བརྒྱ་  
 པ་ཟག་པ་ཟད་པ་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་ནི། རྣམ་ཀུན་ཞེས་པ་རྒྱུད་པ་བཞི་སྟེ། དེ་  
 ཆོས་ཅན། ཟག་པ་ཟད་པ་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་མངའ་སྟེ། ཉན་རང་ལ་སོགས་པས་  
 ཉོན་མོངས་མ་ལུས་པར་སྤངས་པ་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཤེས་

སྒྲིབ་མ་ལུས་པར་ཟད་པ་སོགས་ལ་མ་བྱེན་པ་ཆགས་སོགས་མེད་པར་འཕྲུག་པའི་  
ཡེ་ཤེས་མཐར་ཕྱིན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གཉིས་པ་ཐལ་བས་ཡོན་ཏན་བཟོད་པ་ལས་འདས་པ་ལ་གསུམ།  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མ་ལུས་པ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དབང་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་  
བཟོད་མི་རུས་པའི་དཔེ་དང་། རོན་ཀྱང་འཕགས་པ་ལྷ་སྒྲུབ་ཀྱི་ལུང་ལ་བརྟེན་ནས་  
ཡོན་ཏན་ཅུང་ཟད་བཤད་པ་དང་། ཡོན་ཏན་གྱི་རིགས་བསྐྱེད་པའོ། །དང་པོ་ནི།  
ནམ་མཁའ་ཞེས་པ་རྐང་པ་བཞི་སྟེ། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དབང་  
རྣམས་ཀྱིས་སྲིད་པ་ཇི་སྲིད་པར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བཟོད་མི་རུས་པ་དེ་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཟད་པའི་དབང་གིས་མ་ཡིན་ཏེ། ནམ་མཁའ་སྒྲིང་གི་  
གཤོག་པའི་རྒྱུད་གི་ཤུགས་ལ་ནམ་མཁའ་མཐའ་དག་ཟད་པའི་རུས་པ་མེད་པ་  
ལྟར། བྱང་ཆུབ་སེམས་དབང་རྣམས་ཀྱི་སྒྲོའི་རུས་པ་ཟད་པའི་དབང་གིས་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རྫོགས་པར་བཟོད་མི་རུས་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། དེའི་ཕྱིར་  
ཞེས་པ་རྐང་པ་བཞི། དེ་ཆོས་ཅན། དེ་བཞིན་དུ་སློབ་དཔོན་རྣམས་ཀྱིས་གསུམ་པས་  
ཀྱང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐའ་དག་བཟོད་མི་རུས་ཀྱང་ཡོན་ཏན་གྱི་ཕྱོགས་  
ཙམ་ཞིག་འཆད་རུས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། སློབ་དཔོན་ལྷ་སྒྲུབ་ཀྱིས་བཤད་པ་  
ལ་བརྟེན་ནས་གསུངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་ནི། ཟབ་མོ་ཞེས་པ་རྐང་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་རིགས་གཉིས་སུ་འདུ་སྟེ། ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཆུལ་གཉིས་

སྐུ་འདུས་པའི་ཕྱིར། ཡོན་ཏན་དེ་དག་བསྟན་བཅོས་འདིར་བཤད་པ་ལ་དགོས་པ་  
 ཡོད་དེ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོན་ཏན་དེ་དག་ཐོབ་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། བཞི་པ་  
 སྐྱུ་ལ་པའི་སྐྱུ་བྱད་པར་དུ་བཤད་པ་ལ་གསུམ། སྟོན་པ་ངེས་པར་འགྱུར་བའི་ཚུལ་  
 དང་། མཐར་ཐུག་པའི་ཐེག་པ་གཅིག་ཏུ་སྐྱབ་པ་དང་། མཐར་ཐུག་པའི་ཐེག་པ་  
 གསུམ་དུ་བཤད་པ་དགོངས་པ་ཅན་དུ་བསྟན་བཤོ། །དང་པོ་ནི། སྐར་ཡང་ཞེས་  
 པ་རྒྱུད་པ་བཞི་སྟེ། ཐུབ་པ་སངས་རྒྱུས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཆོས་ཅན། སྐྱུ་ལ་པའི་  
 སྐྱུ་བྱུན་སུམ་ཆོགས་པ་མངའ་བ་ཡིན་ཏེ། བན་ལན་དང་གྲགས་པ་སོགས་ལ་མི་  
 བལྟ་བར་ཐུགས་རྒྱུ་དེའི་དབང་གིས་མཛད་པ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་སྟོན་པ་གདུལ་བྱ་བྱ་ངན་  
 ལས་འདས་པའི་གོ་འཕང་ལ་དགྱི་བར་མཛད་པའི་སྐྱུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་  
 ནི། གང་ཕྱིར་ཞེས་པ་རྒྱུད་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། མཐར་ཐུག་པའི་ཐེག་པ་  
 གཅིག་ཁོ་ནར་ངེས་ཏེ། ཆོས་རྣམས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རོ་གཅིག་པས་དངོས་པོ་བྱས་  
 པའི་དབྱེ་བ་མེད་པ་བཞིན་དུ་དེ་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་འཇུག་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་རྣམ་པ་  
 མི་འདྲ་བའི་བྱད་པར་མེད་ཅིང་དྲི་མ་མཐའ་དག་ཟད་པར་བྱེད་པ་ཡང་སྟོང་ཉིད་  
 མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ལས་གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི།  
 གང་ཕྱིར་ཞེས་པ་ཤོ་ལོ་ཀ་གཉིས་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན། ཐོག་མ་ཉིད་དུ་གདུལ་བྱ་  
 མཐའ་དག་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་འཇུག་པར་མི་མཛད་པའི་རྒྱ་ཡོད་དེ། དེ་ལ་འཇུག་  
 པའི་མཐུན་རྐྱེན་མ་ཆང་ཞིང་འགལ་རྐྱེན་དང་བཅས་པའི་གདུལ་བྱ་མང་པོ་  
 གཟིགས་པའི་ཕྱིར། དེ་ཆོས་ཅན། དེ་ལྟ་ན་ཡང་མཐར་ཐེགས་ཅན་གསུམ་ཀ་ཐེག་

པ་ཆེན་པོ་དང་གནས་སྐབས་རང་རང་གི་རིགས་དང་འཆོམ་པའི་ཐེག་པ་ལ་འགོད་  
 པར་མཛད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། དེད་དཔོན་ཐབས་ལ་མཁས་པས་ལམ་གྱིས་  
 དུབ་པའི་སྐྱེ་བོའི་ཆོག་ལ་བར་དུ་གྲོང་ཁྱེར་སྐྱལ་བ་བཞིན་དུ་ཉན་རང་དུ་རིགས་  
 རེས་པའི་གང་ཐག་རྣམས་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རྒྱ་ལ་དུ་རང་རང་གི་རིགས་དང་  
 འཆོམ་པའི་ཐུང་འདས་ལ་འགོད་པའི་མཁྱེན་རབ་དང་ཐུགས་རྗེ་ཡོད་ཅིང་།  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བྱེད་རང་གི་གོ་འཕང་ལ་འགོད་པར་དམ་བཅས་པ་དེ་ཉིད་  
 མཐར་ཐྱིན་པར་ཡང་མཛད་པའི་བྱིར།

གསུམ་པ་ཆོས་ཀྱི་སྐུར་མངོན་པར་བྱུང་རྒྱལ་བ་དང་བཞུགས་པའི་དུས་  
 བཤད་པ་ལ་གཉིས། མངོན་པར་བྱུང་རྒྱལ་བའི་དུས་དང་། བཞུགས་པའི་དུས་  
 ལོ། །དང་པོ་ནི། བདེ་བར་ཞེས་པ་རྐང་བ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། སྤར་ཆོས་ཀྱི་  
 སྐྱབས་སྐྱེས་པའི་ཐོག་མའི་དུས་མཐའ་ཡས་ཏེ། སངས་རྒྱལ་གྱི་ཞིང་མཐའ་ཡས་  
 པའི་དུལ་ལྷ་རབ་ཀྱི་གངས་དང་མཉམ་པའི་བསྐྱལ་བ་དེ་སྟེད་ཀྱི་སྟོན་རོལ་ནས་  
 ཆོས་སྐྱབས་སྐྱེས་པའི་བྱིར། གསང་བ་འདི་ལོངས་སྤྱོད་པས་མི་ལེན་ཞིང་། སྐྱལ་སྐྱེ་  
 ཐུང་ན་ལས་འདས་ནས་རིག་པ་རྒྱན་ཆད་དུ་འདོད་པའི་ཉན་ཐོས་སྟེ་བ་ལ་སོགས་  
 པ་འགའ་ཞིག་གི་ངོར་རེ་ཞིག་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། རེ་ཞིག་དེ་ལྟར་བསྐྱེད་  
 བ་ཡོན་ཏན་མི་འདེན་ཞིང་སྟོན་དང་བཅས་པའི་བྱིར།

གཉིས་པ་ལ་གསུམ། འཁོར་བ་ཇི་སྟེད་ཀྱི་བར་དུ་བཞུགས་པ་དང་། དེ་  
 ལྟར་བཞུགས་པའི་རྒྱ་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་ངོས་བཟུང་བ་དང་། ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོས་ཞི་

བ་ཕྱོགས་གཅིག་པར་བཞུགས་པ་འགོག་པས་རྒྱན་ཆད་པ་མི་སྲིད་པའོ། །དང་པོ་  
 རྟེན་གྱི་ལྷ་ལ་བཞེས་པ་ཀླང་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། སེམས་ཅན་མ་ལུས་པ་སྟེ།  
 རྣམ་ལས་འདས་པའི་གོ་འཕང་ལ་བཞོན་པ་དང་། རྣམ་མཁའི་ཁམས་མེད་པར་  
 གྱུར་པ་དེ་སྲིད་དུ་བཞུགས་པར་མཛད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། ཤེར་གྱིན་གྱི་ཡུམ་  
 གྱིས་སྒྲིང་རྗེའི་མ་མ་ལ་གཏད་པའི་དབང་གིས་དུས་དེ་སྲིད་ཀྱི་བར་དུ་བཞུགས་  
 པར་མཛད་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། གཏི་ཐུག་སྒྲོན་ཅེས་པ་ཀླང་པ་བཞི་སྟེ། དེ་  
 ཆོས་ཅན། ཞི་བ་ཕྱོགས་གཅིག་པར་སྟེ་རྣམ་ལས་མ་འདའ་བའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་  
 དེ། ཁྱོད་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སྐྱགས་བརྩེ་བ་དེ་དུག་ཐོས་ནས་ཉན་པའི་བྱ་  
 གཅིག་པ་ལ་མས་བརྩེ་བས་ཀྱང་བསྐྱེད་དུ་མེད་པའི་བརྩེ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 གསུམ་པ་ནི། གང་གི་ཕྱིར་ཞེས་པ་ཀླང་པ་བཞི་སྟེ། ཆོས་ཅན་དང་བསྐྱེད་བྱའི་  
 ཆོས་སྣ་མ་ལ་རྟགས་ནི་སྐྱག་བསྐྱེད་གསུམ་གྱིས་གཏུངས་པར་འགྱུར་བའི་  
 སེམས་ཅན་སྐྱགས་རྗེའི་ཡུལ་དུ་སོང་བ་དེ་ཉིད་གོམས་པ་མཐར་སྐྱག་པ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། ཞེས་པའོ།།

གསུམ་པ་བཤད་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་བྱ་བ་ལ་གཞིས། རི་ལྟར་བརྩམས་  
པའི་ཚུལ་དང་། གང་གིས་བསྐྱར་བའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་ལྷ། གང་ལ་བརྟེན་  
ནས་རི་ལྟར་བཤད་པ་དང་། ལྷ་སྐྱུ་བ་ཀྱི་དགོངས་པ་འགྲེལ་བྱེད་གཞན་ལས་སྐྱུ་  
མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱེད་པར་ཅན་དུ་བསྟན་པ་དང་། དགོས་པ་གང་གི་ཕྱིར་དུ་  
བཤད་པ་དང་། ལུགས་འདི་རྟོགས་ནས་ལུགས་གཞན་དོར་བར་བྱ་བ་དང་།

བརྩམས་པའི་དགེ་བ་བྱང་ཆུབ་ཏུ་བསྐྱོ་བའོ། །དང་པོ་ནི། ལུགས་འདི་ཞེས་པ་  
 ཀྱང་པ་བཞི་སྟེ། སྟོབ་དཔོན་རྩེ་བ་གྲགས་པ་ཆོས་ཅན། བྱོད་ཀྱི་བསྐྱེད་བཙུགས་འདི་  
 རང་བཟོའི་ཉེས་པ་དང་ལོག་པར་རྟོག་པ་ལོགས་ཀྱི་སྒྲིན་མཐའ་དག་དང་བྲལ་བ་  
 ཡིན་ཏེ། དེས་པའི་དོན་ཀྱི་ལུང་དང་སྒྲ་སྒྲུབ་ཀྱི་མན་ངག་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པས་སྟོབ་  
 དཔོན་དེའི་བསྐྱེད་བཙུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་བསྐྱུས་ནས་བརྩམས་པ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ནི། འདི་ལས་ཞེས་པ་རྟེན་པ་བཞི་སྟེ། སེམས་བྱ་ཆོས་  
 ཅན། ཐར་བ་དོན་དུ་གཉེར་བ་རྣམས་ཀྱིས་ལུགས་འདི་ལ་འཕྲུག་པར་རིགས་ཏེ།  
 དབུ་མའི་བསྐྱེད་བཙུགས་གཞན་དུ་སྟོང་བ་ཉིད་ཀྱི་དོན་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་བཟོད་པ་  
 མི་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ། འདིར་བཤད་པའི་སྟོང་བ་རྟོན་འབྱུང་གི་དོན་དུ་ལུང་དང་  
 རིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་རྒྱས་པར་གཏན་ལ་ཐབ་པ་འདི་ཡང་སྒྲ་སྒྲུབ་ཀྱི་དགོངས་  
 འགྲུལ་རང་རྒྱུད་པའི་བསྐྱེད་བཙུགས་མན་ཆད་ལ་མེད་པས་འདི་ཉིད་ཁོ་ན་མཆོག་ཏུ་  
 བྱུར་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་ནི། སྒྲ་སྒྲུབ་ཅེས་པ་རྟེན་པ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན།  
 འདི་བརྩམས་པ་ལ་དགོས་པ་བྱུང་པར་ཅན་ཡོད་དེ། ལུགས་གཞན་ལ་ཞེན་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས་རྒྱང་རིང་དུ་སྤངས་པའི་སྒྲ་སྒྲུབ་ཀྱི་སྒྲོ་བྲོས་ཀྱི་མཆོ་ལས་སྐྱེས་པའི་  
 དབུ་མ་རྩ་བའི་ཆོག་ལེའུར་བྱས་པའི་མེ་རྟོག་ཀྱི་མུ་དཀ་འབྲས་པ་རྩེ་བ་གྲགས་  
 པའི་སྒྲོ་བྲོས་ཀྱི་བསིལ་ཟེར་གྱིས་སྤྱེ་ནས། དེའི་ནང་གི་བདེན་གཉིས་སྤྱིན་ཅི་མ་  
 ལོག་པའི་རྒྱ་ཡན་ལག་བརྒྱུད་དང་ལྷན་པས་གདུལ་བྱའི་ཐར་བའི་རེ་བ་སྟོང་བའི་  
 ཆེད་དུ་བརྩམས་པའི་ཕྱིར།



བཞི་པ་ནི། དེ་ཉིད་ཅེས་པ་རྒྱུ་བ་བཞི་སྟེ། དེ་ཆོས་ཅན། བྱ་བ་མཐའ་སྟེ།  
 བ་རྣམས་ཀྱི་རྟོག་གསུང་སྟེ། བའི་དོན་དེ་དག་མཐོང་ནས་གང་ཟག་གི་བདག་སྟོན་  
 བའི་ཐུ་སྟེགས་བྱེད་ཀྱི་གཞུང་ལྟར་སྟེ། བྱ་སྟེབ་ཀྱི་བཞེད་གཞུང་ལས་གཞན་ལས་  
 དགའ་བའི་སྒོ་འདོར་བའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། བཤད་ཟིན་པའི་དེ་ཁོན་ཉིད་ཟབ་མོ་  
 འདི་ནི་སྟོན་སྟོང་ཉིད་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་བག་ཆགས་བཞག་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྟོགས་  
 པ་ཡིན་གྱི། མང་དུ་མཁྱེན་པ་དང་ལྷན་ཡང་དངོས་པོ་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་  
 བྱ་བ་པ་ལ་ཞེན་པའི་བྱ་བ་མཐའ་སྟེ། བ་རྣམས་ཀྱིས་རེ་ཞིག་མི་རྟོགས་པས་དེ་དག་  
 ལ་ཞེན་པ་དོར་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར། ལྷ་པ་ནི། སྟོབ་དཔོན་ཞེས་པ་རྒྱུ་བ་བཞི་སྟེ།  
 ལྷ་སྟེབ་ཀྱི་ལུགས་བཟང་བདེན་གཉིས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་བསྟན་པ་ལས་བྱུང་བའི་  
 དག་ཅུ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཆོས་ཅན། འབྲས་བུ་ཆེན་པོ་ཅན་ཡིན་ཏེ། འཁོར་བ་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས་བདེན་གཉིས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་རྟོགས་ནས་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་  
 སར་བགྲོད་པའི་རྒྱུ་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་གང་གིས་བསྟུར་བའི་ཚུལ་  
 ནི། རྒྱ་གར་གྱི་ཞེས་སོགས་སོ།།

ཆོས་ཀྱན་རང་བཞིན་རྟུལ་ཅམ་མེད་པ་དང་། །བྱ་བྱེད་རྣམ་གཞག་  
 ལེགས་པར་འཐད་པ་ཡི། །བདེན་གཉིས་ཆད་མའི་ལམ་ལས་ལེགས་འོངས་  
 པའི། །འིན་རུ་རྟོགས་དཀའི་རྒྱ་བའི་གཞུང་བཟང་འདི། །ཐར་བར་བགྲོད་པའི་  
 ལམ་གྱི་ངོ་བོ་དང་། །བྱངས་དང་གོ་རིམ་ཇི་ལྟར་ངེས་པ་དང་། །སོ་སོའི་དོན་དང་  
 སྟེ་ཕྱིའི་འབྲེལ་བ་སོགས། །ངེས་པའི་ཐབས་ཀྱི་དོན་བསྟུ་ལེགས་པར་བཤད། །

རྟོག་ལྡན་དང་པོར་འཕྲུག་པའི་ཡན་ལག་ཏུ། གཞུང་ལུགས་འདི་ལ་མོས་བ་ཆེར་  
བཞག་ཅིང་། མཁའ་ལྡན་མང་དུ་སྐྱོས་པའི་བཤེས་གཉེན་འགས། བསྐྱུས་ཕྱིར་  
གོ་སྒྲུབ་འགྲོ་གིས་སྦྱར་ཏེ་བཤད། དབུ་མའི་དགོངས་བཤེས་ཏུ་གཏིང་དབག་  
དཀའ། བདག་ནི་སྒྲོ་གོས་ཉམས་སྦྱང་སྦྱངས་བ་དམན། མ་རྟོགས་ལོག་རྟོག་གི་  
མའི་དབང་གྲུར་ན། དམ་བ་མཁའ་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་བཟོད་པར་མཛོད། འདིར་  
འབད་དགོ་བ་གང་ཞིག་བསགས་བ་དེས། བདག་གྲུང་དང་ནས་སྦྱོ་བ་ཐམས་  
ཅད་དུ། བདེན་བ་གཉིས་ཀྱི་ལམ་ལས་མི་ཉམས་ཤིང་། འགོ་བ་ཀུན་གྲུང་དེ་  
དང་མཚུངས་པར་ཤོག། ॥

དབུ་མ་ལ་འཕྲུག་པའི་བསྐྱུས་པའི་དོན་འདི་ནི་མཁའ་རབ་དང་ཐུགས་རྗེ་  
གཞན་དང་མཚུངས་བ་མེད་པས་མཐའ་ཡས་པའི་འགོ་བ་ལ་བདེན་བ་གཉིས་ཀྱི་  
དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་ལམ་དུ་བགོད་པའི་དམིགས་བྱར་གྲུར་ཅིང་།  
ཁྱད་པར་དུ་སྤྱི་ནང་གི་རྟོན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་ཆོས་རྣམས་སྦྱང་དུས་ཉིད་  
ནས་མིག་འཕྲུལ་ལྟ་བུར་ཐུགས་སུ་རྒྱུད་པའི་སྒྲ་མ་རྗེ་བཅུན་ཆེན་པོ་སྦྱེས་མཆོག་  
རེད་འདའ་བའི་ཞལ་སྒྲ་ནས་དང་། སྤྱོད་གསུམ་དང་རྒྱུད་སྤྱོད་བཞིའི་དགོངས་  
པའི་དོན་མཐའ་དག་རྟོན་གྱི་གང་ཟག་གཅིག་འཛང་རྒྱ་བའི་ལམ་གྱི་ཡན་ལག་ཏུ་  
འགྱུར་བ་ལ་མ་རྟོགས་བ་དང་ལོག་པར་རྟོག་བ་དང་ཐེ་ཆོས་གྱི་དྲི་མ་སྦྱངས་ནས་  
ཆད་མའི་ལམ་ལས་ལོགས་པར་དངས་པའི་སྒྲོ་ནས་ལམ་གྱི་ཆ་ཡོངས་སུ་རྟོགས་  
བ་ལ་རང་ཉིད་སྦྱུབ་བ་ཐུགས་ཉམས་སུ་བཞེས་ཤིང་། དེ་ཉིད་བཅེ་བའི་སྒྲོ་ནས་

ངག་ཚིག་དྲི་མ་མེད་པས་གདུལ་བྱ་རྣམས་ལ་ལེགས་པར་འདོམས་པའི་སྒོ་ནས་  
 རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱི་དམ་པའི་ཚོས་མ་ལུས་པ་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་  
 དུ་འཛིན་པར་སྒོན་ལམ་ཡོངས་སུ་ཉེགས་པའི་སེམས་དབང་ཆེན་པོ། །སྤྱི་མ་ཇེ་  
 བཙུན་སྒོ་བཟང་གྲགས་པའི་དབལ་གྱི་ཞལ་སྤྲོས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ལས། བདེན་པ་  
 གཉིས་ཀྱི་རྣམ་པར་བཞག་པ་ལ་སྒོ་བྲོས་ཀྱི་སྤྱང་བ་ཅུང་ཟད་ཐོབ་པ་རིགས་པ་སྤྱི་  
 བའི་དགོ་སྒོང་དན་མ་རིན་ཆེན་གྱིས། བཤད་སྤྱོད་བསྟན་པའི་འབྱུང་གནས་  
 རྩོགས་ཐམས་ཅད་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་སྤྱེ་འབྲོག་རི་པོ་ཆེ་དགོ་ལྷན་རྣམ་པར་  
 རྒྱལ་བའི་སྤྱིང་དུ་སྤྱར་བའི་ཡི་གེ་པ་ནི་བཀའ་བཞི་བ་ཀུན་དགའ་ལེགས་པའི་  
 དབལ་ལོ། །འདིས་ཀྱང་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་རྩོགས་ཐམས་ཅད་དུ་དར་ཁིང་རྒྱས་  
 པར་བྱེད་རྣམ་པར་གྱུར་ཅིག །

དེ་ལྟར་ཡེ་ཤེས་ཚབ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་དར་མ་རིན་ཆེན་གྱིས་མཛད་པའི་དབུ་མ་ལ་འཇུག་  
 པའི་སྒོར་རྒྱུ་སྤྲོ་སོར་དབུས་གཙང་དུ་པར་ལ་མ་འཁོད་པ་འདི་ཉིད་སྒོ་གསལ་བ་རྣམས་ལ་ཤིན་ཏུ་  
 བན་ཆེ་བར་མཐོང་སྟེ། བྱ་དགོངས་སྒོ་བྲོས་རྒྱ་མཚོའི་ཕྱག་དཔེ་ལ་གཞིར་མཛད་པའི་སྤྱི་བྱང་  
 བཀའ་ཤིས་འཁྲིལ་གྱི་པར་མ་དང་། མཐས་བྱུང་མི་ཉག་པའི་ཕྱག་དཔེར་གཞིར་མཛད་པའི་སྤྱི་འབུམ་  
 བྱམས་པ་སྤྱིང་གི་པར་མ་གཉིས་གོ་བསྟར་གྱིས་ཞུས་དག་པར་བགྱིས་པའི་མ་ཕྱི་ལས་ལྷགས་རྟ་ལོར་  
 ཡེ་ཤེས་ཚབ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གསུང་འབུམ་ཡོངས་ཉེགས་ཀྱི་པར་གསར་བསྟན་སྐབས་འདི་ཉིད་  
 ཀྱང་པར་དུ་བསྟན་པར་བཤོ། །

༡༡། བདེན་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་དང་ལྟ་བུའི་བྲིད་ཡིག་  
 རིན་པོ་ཆའི་འབྲེང་བ་བཞུགས་སོ།

ཡོ་རྒྱལ་ཚབ་དར་མ་རིན་ཆེན། ༡༣༤༤-༡༣༥༩

༡༡། སྟོང་བ་རྟེན་འབྲུང་དོན་དུ་བྱགས་ཚུད་ནས། བྱགས་རྗེས་  
 གཞན་ལ་འདོམས་མཛད་སྤྲོ་མ་ཡི། ཞབས་བད་བརྟུང་ནས་དེ་ཉིད་ཟབ་མའི་  
 དོན། མདོར་བསྟུས་ཅམ་ཞིག་ཚུལ་བཞིན་བཤད་པར་བྱ། །

དེ་ལ་འདིར་བདེན་བ་གཉིས་མགོན་པོ་སྤྱ་སྤྱུབ་ཀྱིས་རི་ལྟར་བཀལ་བ་དེ་  
 ཉིད་ངེས་པར་བྱ་བ་ལ། གཞིའི་གནས་ལུགས་གཏན་ལ་དབབ་བ་དང་། ལམ་  
 བགོད་པའི་རིམ་བ་དང་། འབྲས་བུ་མདོན་དུ་བྱེད་པའི་ཚུལ་སོ།

དང་པོ་ལ། བདེན་གཉིས་ཀྱི་མཚན་གཞི་དང་། དབྱེ་བ་དང་། གཅིག་  
 དང་ཐད་ད་བརྟགས་བ་དང་། བྲངས་ངེས་སོ། དང་པོ་ལ་ཀུན་རྫོབ་བདེན་བ་ནི།  
 སྤང་པོ་ལ་སོགས་བ་དོན་དམ་བདེན་བ་མིན་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་དོ། དོན་དམ་  
 བདེན་བ་གཏན་ལ་དབབ་བ་ལ། གཞི་གང་གི་སྟོང་དུ་བཀག་ན་ཆོས་ཀྱི་བདག་  
 མེད་དུ་འཛོག་པའི་དགག་བྱའི་ཆོས་བདག་ངོས་བཟུང་བ་དང་། དེ་བཀག་བ་དོན་  
 དམ་བདེན་པར་སྤྱུབ་བ་དང་། དེ་ནས་སྤྱུ་མ་ལྟར་འཆར་ཚུལ་གྱི་དཔེ་བསྟན་  
 པའོ། དང་པོ་ནི། མདོ་ལས། རྟོག་པའི་དབང་གིས་འཛིག་རྟེན་རྣམས་བཏགས་  
 ཏེ། ཞེས་གསུངས་བ་དང་། སྟོང་ཉིད་བདུན་ཅུ་པ་ལས། འཛིག་རྟེན་མ་རིག་རྟེན་

ཅན་དུ། ཁང་ཕྱིར་ཐོགས་པའི་སངས་རྒྱས་གསུངས། རྟེན་ཕྱིར་ན་འཛིག་རྟེན་  
འདི། རྣམ་རྟོག་ཡིན་ཞེས་ཅིས་མི་འཐད། ཅེས་དང་། བཞི་བརྒྱ་པ་ལས། རྟོག་  
པ་མེད་པར་འདོད་ཆགས་ལ། སོགས་ལ་ཡོད་ཉིད་ཡོད་མིན་ན། ཡང་དག་  
དོན་དང་རྟོག་པ་ཞེས། ཁྲོད་དང་ལྷན་པ་སུ་ཞིག་འཛིན། ཅེས་དང་། དེའི་འགྲེལ་  
པར། རྟོག་པ་ཡོད་པ་ཁོ་ནས་ཡོད་པ་དང་། རྟོག་པ་མེད་པར་ཡོད་པ་ཉིད་མེད་པ་  
དེ་དག་ནི་ཐག་པ་བསྟོགས་པའི་རྒྱུ་ལྟར་རང་གི་ངོ་མོས་མ་གྲུབ་པར་  
ངེས་སོ། ཞེས་གསུངས་པས། འཛིག་རྟེན་བཏགས་པ་ཅམ་གྱིས་ཡོད་པར་  
གསུངས་པའི་ལྷོག་ཕྱོགས་ནི་བདེན་པར་ཡོད་པ་དང་། ཡང་དག་པར་ཡོད་པ་  
དང་། རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་དང་། རང་གི་མཚན་ཉིད་གྱིས་དང་། རང་གི་ངོ་  
མོས་དང་། རང་དབང་གིས་ཡོད་པ་ཞེས་བསྟན་དོ། རྟེན་པ་མིང་གི་ཐ་སྙད་ཀྱི་  
དབང་གིས་བཞག་པ་ཅམ་མ་ཡིན་པའི་ཡོད་པ་སྟེ། རྟོག་པ་མཐའ་བཟུང་གི་ཚུལ་  
དུ་བདེན་ཚད་བཟུང་བའོ།

དེ་ལ་ལྷན་སྦྱོན་ཞེས་པ་དང་། དེའི་མིག་དང་ན་བ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཐ་སྙད་  
མཐོང་ལ། ཐ་སྙད་བཏགས་པ་ཅམ་གྱིས་མ་ཆོམ་པར་ཐ་སྙད་འཇུག་པའི་གཞི་དེ་  
ཇི་ལྟར་ཡིན་སྟེ་དུ་བཅའ་བ་ན། ཐ་སྙད་འཇུག་པའི་གཞི་དེ་ཐ་སྙད་དེ་མ་ཡིན་  
ཞིང་། འཇུག་གཞིའི་ངོས་ནས་སྟོད་ལུགས་སུ་གྲུབ་པ་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་རྟེན་  
ན། བདེན་པར་གྲུབ་པ་དང་། རང་གི་ངོ་མོས་གྲུབ་པ་ཞེས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡོད་  
ན་གང་གས་པའི་གཞི་དང་རང་བཞིན་གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་རུང་དུ་རྟེན་དགོས་

བ་ལ་མ་རྟེན་བས་རང་བཞིན་མེད་དོ། །དེས་ན་མིང་ཅམ་དང་བད་ཅམ་དང་  
བཏགས་བ་ཅམ་དུ་བཤད་བ་སྟེ། དཔེར་ན་ཐག་བ་བསྟོགས་བའི་རྒྱུ་པོ་ལ་སྦྱལ་  
ལོ་སྟམ་དུ་བཏགས་བའི་ཆེ་ཐག་བ་དེའི་ཆ་ཤས་རེ་རེ་བ་དང་། ཆོགས་བ་དང་།  
རྒྱུ་དང་རྒྱུ་ཅན་གང་ཡང་སྦྱལ་གྱི་མཆོན་གཞིར་མི་རུང་ཞིང་། སྐབས་དེར་དེ་  
ལས་གཞན་ཡང་སྦྱལ་གྱི་མཆོན་གཞིར་མི་རུང་ཡང་། སྦྱལ་དུ་བཏགས་བ་ལྟར་  
ཡུང་པོའི་ཆོགས་བ་དང་། ཡ་གྲུལ་དང་། རྒྱུ་དང་། རྒྱུ་ཅན་གང་ཡང་གང་  
ཟག་གི་མཆོན་གཞིར་མི་རུང་ལ། དེ་ལས་རང་བཞིན་གཞན་ཡང་མི་རུང་བས།  
ཡུང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་གང་ཟག་ཏུ་བཏགས་ཤིང་གང་ཟག་བྱ་བ་བྱེད་ཀྱས་སུ་ཡང་  
གནས་བ་ཡིན་ནོ། །དཔེ་དེ་གཉིས་བཏགས་ཚུལ་མཚུངས་བ་ཡིན་གྱི་དཔེ་ལས་  
སྐབས་དེར་སྦྱལ་གྱི་མཆོན་གཞི་གང་ཡང་མེད་བ་དང་མི་མཚུངས་ཏེ། ལྷས་སྦྱིན་  
སོགས་གང་ཟག་གི་མཆོན་གཞིར་རུང་བས་སོ།།

འོ་ན་ལྷས་སྦྱིན་གྱི་མཆོན་གཞི་གང་ཡིན་སྟམ་ན། དེ་ཡང་ཐ་སྙད་བཏགས་  
བ་ཅམ་གྱིས་མ་ཆོམ་བ་ཡིན་བས། དེ་ལྟར་བཅལ་བའི་ཆེ་ལྷས་སྦྱིན་ཡང་དཔྱེད་  
བྱེད་དེའི་ངོར་མི་རྟེན་བས་སོ། །དེ་ཡང་ལྷས་སྦྱིན་རང་གི་ངོ་བོས་གྲུབ་བ་མ་རྟེན་  
བ་ཡིན་གྱི་ལྷས་སྦྱིན་མ་རྟེན་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་ཐ་སྙད་བའི་ཆོད་མས་རྟེན་དགོས་  
བའི་ཕྱིར་རོ། །ལྷས་སྦྱིན་ཞེས་བའི་ཐ་སྙད་འབྲུག་བའི་གཞི་དེ་ཇི་ལྟར་ཡོད་བཅལ་  
བའི་ཆེ་མི་རྟེན་ན་དེ་ཡེ་མེད་དུ་འབྱུང་རོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་ཅ་ཤེ་ལས། གཤམ་ཏེ་འདི་  
དག་ཀུན་སྟོང་ན། འབྱུང་བ་མེད་ཅིང་འཇིག་བ་མེད། །ཅེས་ཅོད་བ་དེ་ཉིད་འོང་།

བ་ཡིན་པས། །བཞི་བརྒྱ་པའི་འབྲེལ་པར། དངོས་པོ་དང་དངོས་པོར་ཡོད་པར་  
སྤྲུལ་བ་དེའི་ལྷར་ན། ཇི་ལྷར་ཉིད་དངོས་པོ་དེའི་ཡོད་པ་དེ་སྤིང་བྱ་རང་གི་ངོ་བོ་ཡང་  
ཡིན་ལ། རང་གི་ངོ་བོས་མེད་ན་རི་བོང་གི་བྱ་དང་འབྲེལ་བར་འགྱུར་བས། དེའི་  
མཛེན་པར་འདོད་པ་ཐམས་ཅད་འབྲིག་དཀའ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་གསུངས་པས།  
རང་གི་ངོ་བོས་མེད་ན་གཏན་མེད་དང་། ཡོད་ན་རང་གི་ངོ་བོས་ཡོད་པར་འདོད་  
པ་ལ། བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་བྱས་པ་རྣམས་མེད་དེ་ཀུན་རྫོབ་རང་  
ལྷགས་ལ་ཁས་སྐྱངས་ན་དོན་དམ་བདེན་པ་ཁས་སྐྱངས་ས་མེད། དེ་ཁས་སྐྱངས་  
ན་ཅིག་ཤོས་ཁས་སྐྱངས་ས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ།

དེས་ན་མགོན་པོ་སྤྲུལ་གྱིས། ཆོས་རྣམས་སྤོང་པ་འདི་ཤེས་ནས། །  
ལས་དང་འབྲས་བུ་བསྐྱུར་བ་གང་། །ངོ་མཚར་བས་ཀྱང་འདི་ངོ་མཚར། །མཛད་  
བྱུང་བས་ཀྱང་འདི་མཛད་བྱུང་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཆོས་རྣམས་ལ་རང་གི་  
ངོ་བོས་གྲུབ་པ་རྒྱལ་ཅམ་ཡང་མེད་པ་དང་། བྱ་བྱེད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཐམས་ཅད་  
འཐད་པ་གཉིས་ཆོགས་རང་ལྷགས་ལ་འཐད་པ་སྟེ། ཆོས་རྣམས་ལ་རང་གི་ངོ་  
བོས་གྲུབ་པ་མ་ཁེགས་ན། བདེན་འཛིན་གྱི་དམིགས་གཏན་བྱས་མེད་པར་མི་  
འགྱུར་བས། དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་སྦྱོན་མེད་བཞག་ས་མི་འོང་ལ། རང་གི་ངོ་  
བོས་གྲུབ་པ་ཁེགས་པའི་ལྷགས་སུ་བྱས་ནས་བྱ་བྱེད་བཞག་ས་མ་བྱུང་ན་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་ལ་སྐྱར་བ་འདེབས་པའི་ཆད་ལྟར་འགྱུར་བས་སོ། །དེས་ན་རྒྱུ་འབྲས་  
རང་ལྷགས་ལ་ཆད་མས་གྲུབ་པ་དང་། དེ་ཡང་རང་གི་ངོ་བོས་གྲུབ་པ་ཁེན་ལ་

བཞག་དགོས་པར་མཐོང་བའི་གཉིས་ཆོགས་ལ་མཁས་པ་བྱུང་ན་བདེན་གཉིས་ཀྱི་  
རྣམ་གཞག་ལ་མཁས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་གྲངས་སུ་འགོ་བ་ཡིན་ནོ། །སྤྱི་མཐོང་ཉིད་  
བདུན་ཅུ་བའི་ལུང་དངས་པ་ལྟར། འཇིག་རྟེན་ཉིད་ལེན་གྱི་ལུང་པོ་ལྟ་ནི་གང་ཟག་  
དང་ལུང་པོ་ལ་བདེན་པར་ཞེན་པའི་ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་མ་རིག་པ་ལས་བྱུང་ལ།  
དེས་ལུང་པོ་རང་གི་ངོ་བོས་གྲུབ་པར་བཏགས་ཤིང་ཞེན་པའི་སྒོ་ནས་ལས་  
བསགས་ནས་བསྐྱེད་ལ། དེས་བཏགས་པ་ལྟར་གྲུབ་པ་བཀག་པ་ན། ལུང་པོ་  
མིང་གི་ཐ་སྙད་ཀྱིས་བཞག་པ་ཙམ་རྟོག་བཏགས་སུ་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པར་འགྱུར་རོ།

གཉིས་པ་ནི། གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་དང་། ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་  
ཀྱིས་ཇི་ལྟར་བཏགས་པ་ལྟར་གྲུབ་པ་བཀག་པ་ནི་དོན་དམ་བདེན་པ་སྟེ། དེ་ལ་  
དམིགས་ཏེ་སྒོ་མས་པས་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པའི་ས་བོན་མཐའ་དག་  
ཟད་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། དེ་ཡང་གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་ཀྱིས་གང་ཟག་དེ་  
ལ་དམིགས་ནས་རང་གི་ངོ་བོས་ཡོད་པར་བཟུང་ལ། ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་ཀྱིས་  
གཞི་ལུང་པོ་ལ་དམིགས་ནས་རང་གི་ངོ་བོས་གྲུབ་པར་བཟུང་ངོ་། །གང་ཟག་དང་  
ལུང་པོ་རང་གི་ངོ་བོས་ཡོད་པ་བཀག་ཙམ་དེ་ལ་དོན་དམ་བདེན་པ་ཞེས་བྱའོ། །  
རང་གི་ངོ་བོས་གྲུབ་པ་ཀུན་རྫོབ་དུ་ཡོད་པ་ཡིན་གྱི། དེ་ཡོད་ན་བདེན་གྲུབ་དུ་ཇི་  
ལྟར་འགྱུར་ཞེན། ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པའི་ལྷོག་སྟེགས་ཀྱི་ཡོད་པ་དོན་དམ་དུ་ཡོད་པ་  
ཡིན་པས། ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པའི་དོན་ནི་མིང་གི་ཐ་སྙད་ཀྱིས་བཞག་པའི་ཡོད་པ་  
ཙམ་ཡིན་གྱི་ཐ་སྙད་འདུག་པའི་གཞི་ཇི་ལྟར་ཡོད་བཙལ་ན་མི་རྟོག་པ་ཡིན་པས་



རང་གི་མཚན་ཉིད་གྱིས་ཡོད་ན་ཐ་སྟོན་འདུག་པའི་གཞི་ཇི་ལྟར་ཡོད་བཅས་བའི་ཆོ་  
དཔྱོད་བྱེད་གྱི་ངོར་རྟེན་པས་བྱུང་བའི་བྱིར།

གསུམ་པ་ནི། རྩ་ཆེན་དང་མི་ལས་དང་སྤྱུ་མ་ལ་སོགས་པ་ལྟར་རང་གི་ངོ་  
བོས་མ་གྲུབ་བཞིན་དུ་རང་གི་ངོ་བོས་གྲུབ་པར་སྤྲང་བས་སྤྲང་སྟོང་གཉིས་ཆོགས་  
གྱི་སྤྱུ་མ་ལྟ་བུ་ཞེས་བྱའོ། །དཔེར་ན་མེ་ལོང་གི་ནང་དུ་བྱུང་བཞིན་གྱི་གཟུགས་  
བརྟན་པར་བའི་ཆོ་གཟུགས་བརྟན་གྱི་ཆ་འདི་བྱུང་བཞིན་དུ་སྤྲང་ལ་ཆ་གཞན་བྱུང་  
བཞིན་དུ་མི་སྤྲང་བའི་བྱུང་པར་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པར་ཆ་ཐམས་ཅད་གྱི་ཐམས་  
ཅད་དུ་བྱུང་བཞིན་གྱི་ཆ་དེ་དང་དེར་སྤྲང་ལ། སྟོན་ལུགས་ལ་གཟུགས་བརྟན་གྱི་  
ཆ་གང་དུ་ཡང་མ་གྲུབ་པ་ལྟར་སྟོན་པོ་ལྟ་བུ་དེ་འཛིན་དབང་ཤེས་ལ་རང་གི་ངོ་  
བོས་གྲུབ་པར་མི་སྤྲང་བའི་ཆ་ཅུང་ཟད་ཅམ་མེད་ཀྱང་། རང་གི་ངོ་བོས་གྲུབ་པའི་  
ཆ་ཡང་ཅུང་ཟད་ཅམ་མེད་པས་སྤྱུ་མ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་བཞིན་དུ་ཐམས་ཅད་ལ་ཤེས་  
པར་བྱའོ། །མེ་ལོང་ནང་གི་བྱུང་བཞིན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་བྱུང་བཞིན་དུ་མ་གྲུབ་  
པར་གན་པོ་བད་བྱུང་གི་ཐ་སྟོན་པའི་ཆོད་མས་ཀྱང་གྲུབ་ལ། དེ་ནི་རྩལ་པ་རགས་  
པ་ཅས་ཞིག་ཁོང་དུ་རྟུང་བ་ཡིན་གྱི་སྤྱ་མོ་ཁོང་དུ་རྟུང་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ནི།  
བྱུང་བཞིན་དུ་སྤྲང་བ་དེ་ཉིད་རང་གི་ངོས་ནས་ཚུགས་སུ་བྱ་བྱུང་བས་སྟོང་པར་  
རྟོགས་དགོས་ལ། དེ་ལྟར་རྟོགས་ནས་བྱུང་བཞིན་དུ་སྤྲང་བ་ལ་བལྟས་པའི་ཆོ་  
ཡང་ཚུགས་སུ་བྱ་བྱུང་ལ། དེ་ཉིད་སྤྲང་བ་ལྟར་ཐ་སྟོན་དུ་ཚུགས་སུ་བྱ་བྱུང་བོ་  
སྟམ་ན། དེ་ནི་ཐ་སྟོན་དུ་རང་མཚན་ཁས་ལེན་པའི་ཐོགས་ཡིན་པས་འདིར་དེ་མི་

འདོད་དོ།

ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོ་ལས། གཟུགས་སྣང་བའོ། །སྣང་བ་ཉིད་གཟུགས་  
སོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་དོན། གཟུགས་རང་གི་དོ་བོས་གྲུབ་པས་སྣང་པར་ཁོང་  
དུ་ཆུད་པའི་ཆོ་དེའི་བྱེད་པ་མ་ཉམས་པའི་རང་ནས་གཟུགས་ལ་སྣང་ཡུགས་ཇི་  
ལྟར་ཡོད་བལྟས་པའི་ཆོ་གཟུགས་རང་གི་དོས་ནས་ནམ་མཁའ་ལ་འཇུག་ཡལ་བ་  
ལྟར་སོང་ནས། རང་གི་དོ་བོས་གྲུབ་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པ་གཅིག་ལ་གཟུགས་  
སུ་བཏགས་པར་ཟད་འདུག་སྟུང་པ་དང་། དེ་འདྲ་ཞིག་ཐ་སྟོན་པའི་སློབ་སྦྲང་  
བའོ་སྟུང་དུ་ཤེས་ཤིང་། བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་ལ་སོགས་པའི་བྱ་བྱེད་ཐམས་ཅད་དེ་  
འདྲ་ཞིག་ཁོ་ན་ལ་བཞག་དགོས་པར་ཆོད་མས་ལེགས་པར་ཁོང་དུ་ཆུད་པ་ཞིག་  
བྱུང་ན་དབུ་མ་ཐལ་འབྱུང་བའི་ལྟ་བུ་རྟོགས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་གངས་སུ་འགྲོ་བར་  
ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བཏགས་པའི་ཆོ་གཟུགས་རང་གི་དོས་ནས་གྲུབ་པའི་སློ་  
ཅེ་གཏད་པ་ཞིག་བྱུང་ན། ད་དུང་སྣང་བ་རྟོན་འབྱུང་གི་དོན་དུ་ཁོད་དུ་ཆུད་པ་མ་  
ཡིན་ནོ།

གཉིས་པ་ནི། འཇུག་པ་ལས། རབ་རིབ་མཐུ་ཡིས་སྒྲ་ཤད་ལ་སོགས་  
པའི། །དོ་བོ་ལོག་པ་གང་ཞིག་རྣམ་བཏགས་པ། །ཞེས་སོགས་དང་། སྣང་  
འཇུག་ལས། དོན་དམ་སློབ་སྣང་ཡུལ་མིན། །སློབ་ཀྱང་རྫོགས་ཡིན་པར་འདོད། །  
ཅེས་གསུངས་པ་རྣམས་དོན་གཅིག་པས། དེའི་དོན་རྐང་པ་སྒྲ་མ་བསྐྱབ་བྱུང་བྱས་  
ནས། རྐང་པ་སྒྲིམ་སྐྱབ་བྱེད་དུ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་དོན་དམ་བདེན་པ་ཤེས་

བྱ་མ་ཡིན་པར་འདོད་པའི་ལྷགས་ཡིན་ལ་བྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེའི་  
 སློ་ཞེས་པ་ཡུལ་རྒྱངས་ཆད་དུ་སྤང་བའི་གཉིས་སྤང་ཅན་གྱི་སློ་ལ་བྱ་ལ། དོན་  
 མི། རང་བཞིན་གྱིས་སྤང་བ་དོན་དམ་བདེན་པར་མཆོན་པ་ལ། ཤེས་བྱ་གང་ཟག་  
 གི་རང་འཇལ་བའི་མངོན་སུམ་ཆད་མ་དེ་ལ་རང་ཉིད་གཉིས་སུ་སྤང་བའི་སློ་ནས་  
 རྟོགས་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་ལ། རྒྱགས་ལ་རང་འཇལ་བའི་མངོན་སུམ་  
 ཆད་མས་ཁྱེད་ལ་ཁྱེད་པའི་ཁྱེད་གྱིས་རྟོགས་བྱ་ཡིན་པར་གོ་རྒྱས་སོ། །སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་མཉམ་གཞག་ཡེ་ཤེས་དེས་ཇི་ལྷ་བ་གཉིས་སྤང་ནུབ་པའི་ཁྱེད་གྱིས་འཇལ་  
 ཡང་ཇི་སྟེད་བ་གཉིས་སྤང་གི་ཁྱེད་དུ་འཇལ་བས། དོན་དམ་བདེན་པ་འཇལ་བའི་  
 མངོན་སུམ་ཆད་མ་ལ་གཉིས་སྤང་མེད་པས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་ནོ།

ཀུན་རྫོབ་བདེན་པའི་མཆོན་ཉིད་ནི། རང་ཉིད་དངོས་སུ་རྟོགས་པའི་ཆད་  
 མ་དེ་ལ་རང་ཉིད་གཉིས་སུ་སྤང་བའི་སློ་ནས་རྟོགས་པར་བྱའོ། །དེས་ན་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་ཇི་ལྷ་བ་མཁུན་པའི་ཡེ་ཤེས་དེས་དོན་དམ་བདེན་པ་ཁྱེད་ལ་ཁྱེད་པའི་  
 ཁྱེད་དུ་རྟོགས་ལ། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་རང་ལས་ཐ་དད་དུ་སྤང་བའི་སློ་ནས་  
 རྟོགས་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ།

དོན་དམ་བདེན་པ་འཇལ་བའི་ཡུལ་ཅན་ལ། རྣམ་གྲངས་པའི་དོན་དམ་  
 དང་། རྣམ་གྲངས་མ་ཡིན་པའི་དོན་དམ་གཉིས་ཡོད་པའི་དབང་གིས་དོན་དམ་  
 བདེན་པ་ཡང་སློ་ངོ་ལ་ལྟོས་ནས་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་ཡིན་གྱི། རིག་ཤེས་ཇེས་  
 དཔག་གི་གཞལ་བྱར་བྱུར་པའི་སྤྱི་བྱ་བདེན་མེད་ལྟ་བུ་རྣམ་གྲངས་པའི་དོན་དམ་

བདེན་པ་ཡིན་གྱི། དོན་དམ་བདེན་པ་མཚན་ཉིད་པ་མ་ཡིན་པར་སྤྱོད་བཞི་རྣམ་པ་  
 ཐམས་ཅད་དུ་མི་རིགས་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེས་ན་རིག་ཤེས་ཆེས་དཔག་དེས་  
 བདེན་པའི་སྒྲོས་པ་ཆོད་ཀྱང་རྟགས་ཀྱི་དགག་བྱ་སྤྱང་བ་དང་དོན་དམ་བདེན་པ་  
 གཉིས་སུ་སྤྱང་བའི་སྒྲོས་པ་མ་ཆོད་པས་རྣམ་གངས་པའི་དོན་དམ་པ་ཞེས་བྱ་  
 ལ། འཕགས་པའི་མཉམ་གཞག་གི་ངོར་སྒྲོས་པ་དེ་དག་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་  
 ལོག་པས་རྣམ་གངས་པ་མ་ཡིན་པའི་དོན་དམ་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེས་ན་དོན་དམ་  
 བདེན་པ་སྒྲོང་གཉིས་ལ་ལྟོས་ནས་རྣམ་གངས་པ་དང་། རྣམ་གངས་པ་མ་ཡིན་  
 པའི་དོན་དམ་བདེན་པ་ཞེས་བྱའོ།

ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ལ་གཉིས་སུ་བྱེ་བ་ཡང་། ཐ་སྙད་པའི་སྒྲོང་ལ་ལྟོས་  
 རྣམ་ཡང་དག་ཀུན་རྫོབ་དང་ལོག་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཅེས་བསྟན་པ་ཡིན་གྱི། དབུ་མ་པ་  
 རང་གི་ལུགས་ལ། བུ་མ་སོགས་ཡང་དག་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་བྱུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ། བདེན་  
 པར་བྱུང་བ་ཐ་སྙད་དུ་ཡང་མི་བཞེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེས་ན་བུ་མ་པ་དང་སྤྱུ་པ་  
 ལ་སོགས་པ་སྟོང་ཉིད་མ་རྟོགས་པར་དེ་སྤྱང་དང་དེ་རྟོགས་ཀྱི་ཚོགས་པ་ཐ་སྙད་  
 པའི་མངོན་སུམ་ཆོད་མས་རྟོགས་མི་རུས་པའི་རིགས་སུ་གནས་པ་དེ་དག་ནི།  
 འཛིག་རྟེན་པའི་སྒྲོ་ཀུན་རྫོབ་པའི་ངོར་བདེན་པར་བྱུང་བ་ཞེས་བསྟན་ལ། མེ་ལོང་  
 གི་ནང་གི་བྱད་བཞིན་གྱི་གཟུགས་བརྒྱན་སོགས་སྤྱི་མ་དེ་དག་ལས་ལོག་སྟེ་རྟོགས་  
 རུས་པའི་རིགས་སུ་གནས་པ་དེ་དག་ནི་འཛིག་རྟེན་པའི་སྒྲོ་ཀུན་རྫོབ་པའི་ངོར་རྟེན་  
 པ་ཞེས་བསྟན་དོ།

བཞི་པ་ནི། འཇུག་པ་ལས། དངོས་ཀྱན་ཡང་དག་ཏུ་ན་པ་མཐོང་བ་  
 ཡིས། །དངོས་སྟེང་ངོ་བོ་གཉིས་ནི་འཛིན་པར་འགྱུར། །ཞེས་བྱིན་གྱི་དངོས་པོ་  
 རྣམས་ངོ་བོ་གཉིས་གཉིས་འཛིན་པར་གསུངས་ཏེ། སྦྲུང་བའི་ཚད་མས་སྟེང་  
 བའི་ངོ་བོ་དང་། །དོན་དམ་པའི་ཚད་མས་སྟེང་བའི་ངོ་བོ་ཡོད་ལ། ངོ་བོ་ཐ་དང་  
 ཡིན་ན། མདོ་སྡེ་དགོངས་འབྲེལ་ལས་གཞི་དབྱེད་བཞི་བཞེད་པ་སོགས་ཀྱིས་  
 གཞི་དཔས་ངོ་བོ་གཅིག་ །ལྷོག་པ་གཅིག་ཡིན་ན་དེར་བཤད་པའི་གཞི་དབྱེད་བཞི་  
 འབབ་པས་ངོ་བོ་གཅིག་ལ་ལྷོག་པ་ཐ་དང་ཡིན་གྱི། བདེན་པའི་གཅིག་དང་ཐ་དང་  
 ཅམ་ལས་གྲོལ་བར་སྦྲ་བ་ནི་དབུ་མ་རང་ལུགས་ལ་ཁས་སྤྲོད་ཏུ་ཐུང་ཐུང་གྲང་  
 མེད་པར་འདོད་པའི་ལུགས་ཡིན་པས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མི་རིགས་པར་ཤེས་  
 པར་བྱའོ།

ལྷ་པ་ནི། ཤེས་བྱ་ཅམ་གཞིར་བྱས་པ་ལ། བསྐྱུ་བའི་དོན་ཅན་དང་། མི་  
 སྦྲུ་བའི་དོན་ཅན་གཉིས་གཅིག་རྣམ་པར་བཅད་པ་ན་ཅིག་ཤོས་ཡོངས་སུ་གཙོད་  
 དགོས་ལ། གཅིག་ཡོངས་སུ་གཙོད་པ་ན་ཅིག་ཤོས་རྣམ་པར་བཅད་དགོས་པས་  
 བདེན་པ་གཉིས་སུ་བྱངས་ངེས་པ་ཡིན་ནོ། །དོན་དམ་བདེན་པ་ཞེས་པའི་ཆོག་  
 ཟུར་གྱི་བདེན་པ་ཞེས་པ་མི་སྦྲུ་བའི་དོན་ཡིན་གྱི་བདེན་པར་གྲུབ་པའི་དོན་མ་ཡིན་  
 ནོ། །དེ་ཡང་རང་ཉིད་འཇུག་བའི་མདོན་སུམ་ཚད་མ་ལ་རང་གི་སྟོང་ལུགས་  
 ལས་ལོག་པར་སྤང་ནས་ཡོངས་སུ་འཁྲིད་ཅིང་འབྲུལ་པ་མི་སྟོང་ལ། སྦྲུ་བ་  
 སོགས་ལ་དེ་ལྟ་བུ་ཡོད་པའི་བྱིར་རོ། །མདོར་བསྐྱུ་ན་གཞིརི་ལྷ་བ་གཏན་ལ་

འབེབས་པའི་ཆོ། མཚན་འཛིན་གྱི་དམིགས་གཏད་དུ་ལ་ཙམ་ཡང་མེད་པར་  
 རྟོགས་པ་དང་། བྱ་བྱེད་ཐམས་ཅད་འཐད་ཅིང་། དེ་ཡང་ཆོད་མའི་ལམ་ནས་  
 ལེགས་པར་འབྲེན་ཅུས་པ་ཞིག་བྱུང་ན། གཞིའི་ལྟ་བ་མཐར་ཐུག་གཏན་ལ་ཕབས་  
 ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་གྱི། བུས་སྒྲམ་སོགས་རང་ལུགས་ལ་ཁས་སྐྱངས་ན་མཚན་འཛིན་  
 གྱི་དམིགས་གཏད་བཀག་པའི་དོན་དམ་བདེན་པ་རང་ལུགས་ལ་བཞག་ས་མི་  
 འོང་ལ། དེ་བཞག་ན་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་རང་ལུགས་ལ་ཁས་སྐྱངས་ས་མེད་པའི་  
 འཐག་མཁན་གྱི་རྒྱུ་བ་བཞིན་དུ། སོང་ན་ལྟ་བའི་གོལ་ས་ཆེན་པོ་ལ་གནས་པར་  
 ཤེས་པར་བྱའོ།

གཉིས་པ་ནི། ཅུ་བ་ཤེས་རབ་ཀྱི་དགོངས་འབྱེལ་གྱི་སྒྲ་འབྱེལ་དུ། ཆོག་  
 གསལ་ལས། མགོན་པོ་སྐུ་སྤྱུང་གིས། དབུ་མ་ལ་འཕྱག་པའི་མཚོད་བཛོད་ཀྱི་  
 སྐབས་སུ་བསྟན་པའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཐོག་མར་མངོན་དུ་མཛད་ནས། མཐར་  
 ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་ཚུལ་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་ཐུགས་སུ་ཆུད་པར་  
 གསུངས་པ་ལྟར། ཆོགས་སྒྲོར་གྱི་སྐབས་སུ་སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་པོ་རྣམ་པ་གསུམ་  
 དང་། དེས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་པའི་ཀུན་རྫོབ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་། མཐའ་  
 གཉིས་དང་བུལ་བར་རྟོགས་པའི་གཉིས་སུ་མེད་པའི་སྒྲོག་སུམ་པོས་ལམ་གྱི་གཞི་  
 བཟུང་ནས། འབྲས་བུའི་སྐབས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་སྡེ་ཆོན་ཉིར་གཅིག་གི་རིགས་མ་ལུས་  
 པ་ཉམས་སུ་སྐྱངས། དེ་ནས་ས་བཅུའི་སྐབས་སུ་བྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་པ་རོལ་  
 ཏུ་བྱིན་པ་བཅུ་རྗེ་གསུམ་པར་བུས་ནས་ལམ་བཟོད་པ་ཡིན་ཏེ། རིགས་པ་དུག་ཏུ་

བའི་བསྐྱོ་བའི་སྐབས་དང་། ཅ་བཤེས་རབ་གྱི་མདོར་བསྟན་རྒྱས་བཤད་གྱི་  
 སྐབས་སུ་བསྟན་པ་ལྟར། བྱང་པོ་དང་གང་ཟག་ཆོས་ཙན། རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་  
 རྟེ། རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཏན་ཆོག་གས་གཅིག་པོ་དེའི་རྟགས་  
 ཀྱན་ཐོབ་གྱི་བདེན་པ་དང་། བསྐྱེད་བྱ་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་དག་  
 ཆད་མས་རྟོགས་པ་ན་གཞི་བདེན་གཉིས་གཏན་ལ་ཐེབས་པ་ཡིན་ལ། ཕྱོགས་  
 ཆོས་རྟོགས་པའི་སློང་ཉིད་རྒྱས་པར་ན། རྟེན་འབྲེལ་གྱི་འདོར་ལེན་ཚུལ་བཞིན་  
 བྱེད་པའི་སློང་འགྱུར་ཞིང་། དེ་གོམས་པ་ལས་ཐབས་བསོད་ནམས་གྱི་ཆོག་སྤུ་  
 འགྱུར་རོ། །ཐབས་ལས་བྱུང་བ་བསྐྱེད་བྱ་རྟོགས་པའི་སློང་ཉིད་སྤར་གྱི་ཐབས་  
 གྱིས་བརྒྱན་ནས་གོམས་པར་བྱས་པ་ལས་ཡེ་ཤེས་གྱི་ཆོག་སྤུ་འགྱུར་ལ། ལམ་  
 ཆོག་སྤུ་གཉིས་གོམས་པར་བྱས་པ་ལས་འབྲས་བུ་ཆོས་སྤུ་དམ་པ་དང་།  
 གཟུགས་སྤུ་དམ་པ་གཉིས་ཐོབ་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །གཞི་བདེན་གཉིས་བྱུང་དུ་  
 འབྱུག་པ་དེ་འབྱུགས་ན། ལམ་ཆོག་སྤུ་གཉིས་དང་། འབྲས་བུ་སྤུ་གཉིས་  
 འབྱུགས་པ་ཡིན་པས། རྟེན་འབྲེལ་རང་ལུགས་ལ་ཁས་མི་ལེན་པ་དང་། མཉམ་  
 གཞིག་ན་སློང་མེད་པ་དང་། གཟུགས་སྤུ་གདུལ་བུའི་གཞན་སྤང་ཁོན་ལ་སྤྱེལ་བ་  
 མོགས་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །

སྤར་གོང་དུ་བཤད་པའི་དགག་བྱ་སྤོ་བཀག་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་དོན་དམ་  
 བདེན་པ་དེ་མ་རྟོགས་པར་ཉན་ཐོས་དང་རང་རྒྱལ་ནམས་གྱིས་ཀྱང་སྤྲིད་པ་ལས་  
 གོལ་མི་རུས་པ་མགོན་པོ་སྤྱུ་གྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པར་སློབ་དཔོན་སངས་རྒྱས་

བསྐྱེད་སྤངས་དང་། ཞི་བ་ལྟ་དང་སྐྱེ་བ་བྲག་གས་པ་སོགས་བཞེད་དོ། །ཁ་ཅིག་ཉན་ཐོས་ལ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པ་ཡོད་པར་ཁས་ལེན་བཞིན་དུ། གང་ཟག་དང་ཡུང་པོ་བདེན་འཛིན་ཤེས་སྒྲིབ་ཏུ་བྱེད་པ་ནི་མཐའ་ལོགས་པར་མ་ཆོད་པ་ཡིན་ཏེ། བདེན་སྟོང་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་དང་། རྟོགས་ཟིན་གོམས་པར་བྱས་བཞིན་དུ་བདེན་འཛིན་ཀུན་བརྟགས་དང་ལྟན་སྒྲིབ་གང་གི་ཡང་ས་བོན་མི་སྟོང་བར་འདོད་པ་ནི་རིགས་པའི་ལས་ལས་འདས་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ན་དེ་དག་གིས་ཀྱང་ཤེས་སྒྲིབ་ཀྱི་ས་བོན་སྤངས་པར་ཁས་ལེན་དགོས་སོ། །དེས་ན་བདེན་འཛིན་ཉན་སྒྲིབ་དང་། དེ་ཡང་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པ་དང་། ས་བརྒྱུད་པ་ཐོབ་པ་ན་ཟད་པ་སྤངས་པ་ཡིན་ནོ། །བདེན་འཛིན་གྱི་བག་ཆགས་དང་། དངོས་པོ་བདེན་པར་སྤང་བའི་གཉིས་སྤང་འབྲུལ་པའི་ཆ་ཤེས་སྒྲིབ་ཏུ་བཞེད་ལ། ཉན་མོངས་པའི་བག་ཆགས་ཡིན་ན་ཉན་མོངས་པའི་ས་བོན་ཡིན་མི་དགོས་སོ། །

གསུམ་པ་ནི། འབྲས་བུའི་དུས་ན་མཉམ་རྗེས་འགལ་མི་འགལ་དབྱུང་པ་དང་། གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ་ཇི་སྒྲར་འབྲུབ་པའི་ཚུལ་གཉིས་ཀྱིས་ཤེས་པར་བྱའོ། །དང་པོ་ནི། སྟོབ་ལམ་ན་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་གཉིས་གཅིག་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སྟོ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཅིག་ཤོས་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་མི་རུས་པས་མཉམ་གཞག་དང་རྗེས་ཐོབ་གཞི་མཐུན་དུ་འདུར་མི་རུང་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་བདེན་གཉིས་ངོ་བོ་ཐ་དད་དུ་འཛིན་པའི་བྱི་མ་ཟད་པར་མ་སྤངས་པ་ལས་ཡིན་ནོ། །ས་བརྒྱུན་གྱི་ཐ་མའི་བར་ཆད་མེད་ལས་གྱི་ཆོ་སྟོང་ཉིད་ལ་མཉམ་པར་



བཞག་བཞིན་པའི་ངང་ནས་དེའི་སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་ལ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱུ་མཛོན་དུ་བྱེད་པ་  
 ཡིན་ལ། དེའི་ཆོ་ཤེས་སྒྲིབ་ཟད་པར་སྤངས་པའི་སྒྲོབས་ཀྱིས་ཇི་ལྟ་བུ་མཛོན་སུ་  
 དུ་མཐུན་པའི་སྒྲོ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཤེས་བྱའི་སྟེང་པ་ཐམས་ཅད་ལག་མཐིལ་དུ་སྐྱུ་རུ་  
 བཞག་པ་ལྟར་མཛོན་སུ་དུ་རྟོགས་ལ། དེས་ཀྱང་ཇི་ལྟ་བུ་མཛོན་སུ་དུ་རྟོགས་  
 པས་ཇི་ལྟ་བུ་དང་ཇི་སྟེང་པ་མཐུན་པ་གཉིས་གཞི་མཐུན་དུ་འདུ་བ་ཡིན་ནོ། །ཤེས་  
 བྱའི་སྟེང་པ་རྟོགས་པའི་ཆ་ནས་ཇེས་ལ་ཐོབ་པ་ཞེས་བྱའི། །མཉམ་བཞག་ལས་  
 རོ་བོ་ཐད་པའི་ཇེས་ཐོབ་ནི་མེད་དོ། །ས་བརྒྱ་རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་  
 དུས་ན་གནས་ངན་ལེན་གྱི་དྲི་མ་སྒྲ་མོ་མེད་ཀྱང་དེ་སྤངས་པའི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་མ་  
 སྒྲིས་པས་ཟད་པར་སྤངས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་དག་དེའི་དུས་ན་གནས་ངན་ལེན་  
 གྱི་དྲི་མ་སྒྲ་མོ་མེད་ན་རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་སུ་འགྱུར་སྟེ་ནས་ཡོད་པར་འདོད་  
 ཅིང་། མཐོང་ལམ་ཆོས་བཟོད་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་དུས་ན་རང་གི་ངོས་སྐལ་གྱི་  
 སྤང་བྱ་དེའི་ས་བོན་མེད་པར་འདོད་པ་ནི། སྤང་བྱ་དག་གི་འགྱུར་གྱིས་སྤོང་བ་  
 དང་། སྐྱེ་འགྱུར་གྱིས་སྤོང་བའི་གྲུབ་མཐའ་འགལ་བ་གཞི་མཐུན་དུ་འཕམ་ལེན་པ་  
 ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ནི། ས་བརྒྱ་རྒྱན་གྱི་ཐ་མའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་མཆོན་དཔེས་སྒྲས་  
 པའི་སྐྱུ་དེ་ཉིད་ཀྱི་རིགས་འདྲ་ཕྱི་མ་དྲི་མ་མཐའ་དག་ཟད་པའི་ཆོ་ལོངས་སྟོང་  
 རྟོགས་པའི་སྐྱུར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་སྐྱུ་དང་། ལོངས་སྟོང་  
 རྟོགས་པའི་སྐྱུ་གཉིས་དངོས་རྒྱ་ཆོག་པ་མཆར་གཅིག་ལ་རགས་ལས་ཀྱི་འབྲེལ་

བ་གྲུབ་པ་ཡིན་ལ། དུས་ཅིག་ཅར་དུ་མངོན་དུ་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །མཆོག་གི་སྐྱུལ་  
 པའི་སྐྱུ་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་རྣམ་པ་དུས་མཉམ་དུ་ཐོབ་ཀྱང་མངོན་དུ་འགྱུར་བ་ནི་  
 ལོངས་སྤྱོད་ཚོགས་པའི་སྐྱུས་བདག་རྒྱུན་མཛད་པ་ལ་སྟོས་པ་ཡིན་ནོ། །སངས་  
 རྒྱུས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་དེ་ཉིད་ལོངས་སྤྱོད་ཚོགས་པའི་སྐྱུ་དང་མཆོག་གི་སྐྱུལ་པའི་སྐྱུར་  
 ལའར་བ་ཡིན་གྱི། དུལ་སྤྱོད་རབ་བསགས་པའི་ངོ་བོ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །སངས་རྒྱུས་  
 རང་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་སྐྱུ་གསུམ་མེད་པར་གཟུགས་སྐྱུ་གདུལ་བྱའི་སྤྱང་ངོ་ཁོ་  
 ན་ལ་འཛོག་པ་ནི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་ཚོགས་པ་འབྲས་བུ་མེད་པ་ལ་སོགས་  
 པའི་གཞོད་པ་ཡིན་དུ་མང་ཞིང་། གཞིའི་ལྟ་བ་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་ཆོ་རྟེན་  
 འབྲེལ་རང་ལུགས་ལ་ཁས་སྲུང་བ་མེད་པར་གཞན་ངོ་ཁོ་ན་ལ་སྐྱེལ་བ་སོགས་  
 ཀྱིས་ནོངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་གཞིའི་བདེན་པ་གཉིས་ཟུང་དུ་འཇུག་པ་དང་།  
 ལམ་ཆོགས་གཉིས་ཟུང་དུ་འཇུག་པ་དང་། འབྲས་བུ་ཆོས་གཟུགས་གཉིས་ཟུང་  
 དུ་འཇུག་པའི་ཚུལ་རིགས་པའི་ལམ་ནས་བྱངས་པ། དབྱུ་མ་བ་རང་གི་ལུགས་  
 ལ་གྲུབ་པའི་ཚུལ་ལ་མཁས་པར་བྱའོ།

འཕགས་མཆོག་བྱེ་བས་བསྐྱོད་པའི་ལམ་བཟང་པོ། །གསུང་རབ་ཀྱིན་  
 ཀྱི་སྤྱིང་པོ་སྒྲ་མེད་པ། །སྐྱུ་སྐྱུ་བ་ཞབས་ཀྱི་བཞེད་པ་བྱི་མེད་པ། །སྟོབ་དཔོན་  
 གསུམ་ཀྱིས་ཇི་ལྟར་བཀལ་བ་ལྟར། །ཇི་བཅུན་སྒྲ་མའི་གསུང་ཟེར་འབའ་ཞིག་  
 ལས། །རིགས་པ་སྐྱུ་བ་དར་མ་རིན་ཆེན་གྱིས། །ལུང་རིགས་མཆོག་དུ་གཞོལ་  
 པའི་སྟོ་གོས་ཅན། །རིན་ཆེན་ཆོས་རྒྱལ་ཆེད་དུ་སྐྱུར་བ་ཡིན། །འདིར་འབད་དགོ་

བ་རབ་དཀར་རྩི་མེད་དེས། །འགྲོ་ཀུན་ཉིན་འབྱུང་ཟབ་མེད་དོན་རྟོགས་ནས། །  
མི་ཤེས་སུན་པའི་ཚོགས་རྣམས་རབ་བཅོམ་སྟེ། །ཡེ་ཤེས་མཚོག་གི་སྤང་བ་རྒྱས་  
བར་ཤོག། །འདིས་བསྟན་བ་རིན་པོ་ཆེ་སྟོ་ཐམས་ཅད་དུ་དར་ཞིང་རྒྱས་ལ་ཡུན་  
རིང་དུ་གནས་བར་གྱུར་ཅིག །

༥ སྤྲོ་མ་དམ་བའི་ཞབས་ལ་བྱག་འཛལ་ལོ། །ལྷག་མཐོང་སྟོམ་བ་ལ་  
བཞི། ལྷག་མཐོང་གི་ཚོགས། རབ་དབྱེ། ཇི་ལྟར་སྟོམ་པའི་ཚུལ། བསྟོམ་བས་  
གྲུབ་པའི་ཆད་དོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ཁོན་ཉིད་གྱི་དོན་རྩི་མ་མེད་པའི་རིགས་པའི་  
ལམ་ནས་དངས་ཏེ་སྟོན་བ་ལ་བཅོ་བའི་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་ནི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་  
བ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་གྱི་དང་དེས་འབྱེད་བ་ལ་ཆད་མར་གྱུར་  
པའི་ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་ཇེས་སུ་འབྱུངས་ནས་ངས་དོན་གྱི་དོན་ལ་དབྱེད་དེ་  
སྟོམ་པའི་ཕྱིར་རོ།

གཉིས་པ་ནི། ཇི་སྟེད་བ་ལ་དམིགས་ཏེ་སྟོམ་བ་རྣམ་བར་འབྱེད་བ་  
དང་། ཇི་ལྟ་བ་ལ་དམིགས་བ་རབ་ཏུ་རྣམ་བར་འབྱེད་པའོ། །དེ་གཉིས་རེ་རེ་ལ་  
ཡང་། དོན་རགས་བ་ལ་ཡོངས་སུ་དབྱེད་བ་དང་། སྤྲོ་བ་རྣམ་བར་བྱེ་སྟེ་ཡོངས་  
སུ་དབྱེད་བ་གཉིས་སོ།

གསུམ་པ་ལ་གསུམ། བྱངས་ངས་བ། གོ་རིམས་ངས་བ། སྟོམ་ཚུལ་  
དངོས་སོ། །དང་པོ་ནི། རབ་ཏུ་རྣམ་བར་འབྱེད་བ་ལ། གང་ཟག་དང་ཆོས་ལ་

བདག་མེད་པ་གཉིས་སུ་གངས་ངེས་སོ། །གཉིས་པ་ནི། །དགག་གཞི་གང་ཟག་གི་སྒྲིང་དུ་དགག་བྱ་གང་ཟག་གི་བདག་དང་། དེ་རྣམ་པར་བཅད་པ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པ་དང་། དགག་གཞི་ཕུང་པོའི་སྒྲིང་དུ་དགག་བྱ་ཆོས་ཀྱི་བདག་དང་། དེ་རྣམ་པར་བཅད་ཆོས་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་པ་གཉིས་ལ་ཕྱར་གསལ་མི་འོང་ཡང་། དེས་དཀའ་སྒྲ་ཡོད་པས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཐོག་མར་བསྐྱོམས་ནས། དེ་ནས་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་སྒྲོམ་པའི་རིམ་པ་ངེས་ཏེ། རི་ལྷར་བྱོད་ཀྱིས་བདག་གི་འདུ་ཤེས་ནི། །ཤེས་པ་དེ་ནི་ཀུན་ལ་སྒྲོས་སྒྱུར་བྱ། །ཞེས་སོ།

གསུམ་པ་ལ་གཉིས། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྒྲོམ་པ་དང་། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་སྒྲོམ་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ར་རང་བཞིན་མེད་པར་སྒྲོམ་པ་དང་། ར་ཡི་བ་རང་བཞིན་མེད་པར་སྒྲོམ་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། མཉམ་གཞག་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་རྣལ་འབྱོར་དང་། རེས་ཐོབ་སྒྱུ་མ་ལྟ་བུའི་རྣལ་འབྱོར་རོ། །དང་པོ་ལ་བཞི། རའོ་སྒྲུམ་པའི་སྒྲོ་ལྷན་སྒྲེས་ལ་བྱད་གཞི་རའི་རྣམ་པ་ལེགས་པར་ཤར་ནས་ར་སྒྲུང་བར་བྱེད་པའི་གནད་ཤེས་པ་དང་། སྒྲུང་ཚུལ་དེར་བྱུབ་ན་གཅིག་དང་ཐ་དད་ལས་ཕུང་གསུམ་མི་སྲིད་པས་ར་དང་རའི་ཕུང་པོ་གཉིས་སྒྲུང་ཚུལ་ལྟར་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུབ་ན། རང་བཞིན་གྱིས་བྱུབ་པའི་གཅིག་དང་ལྷ་བཅས་ཀྱི་ཐ་དད་གང་རུང་དུ་ངེས་པའི་བྱུབ་པ་ངེས་པ་དང་། ར་དང་རའི་ཕུང་པོ་གཉིས་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུབ་པའི་གཅིག་དང་ཐ་དད་མ་ཡིན་པར་ངེས་པའི་ཕྱོགས་ཆོས་ངེས་པ་དང་། དགག་གཞི་ལ་དགག་བྱ་རྣམ་པར་བཅད་པ་རྟགས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱ་ངེས་

པར་བྱེད་པ་གཅིག་དང་དུ་བྱལ་གྱི་དྲགས་སོ།

དང་པོ་ནི། སྤྱིར་ངའོ་སྣམ་པའི་སློལ་ང་དོན་སྤང་ནས་གྲུབ་པ་ལྷ་བྱུ་ཞིག་  
སྤྲང་ལ། དེའི་རྗེས་སུ་ཕྱང་པོ་ལྷའི་རྣམ་པར་འཆར། ཡང་ན་སློལ་པ་གདགས་  
གཞི་ཕྱང་པོ་ལྷའི་རྣམ་པར་ཤར་ནས། དེའི་རྗེས་སུ་ང་དེ་ལྷར་དུ་སྤྲང་ཡང་སློར་ང་  
ཉིད་ལ་ང་དང་དུས་མཉམ་དུ་སྤྲང་ཚུལ་དེ་དང་། སྤྲང་ཚུལ་ཞིན་དོན་དུ་བྱས་པའི་  
འཛིན་པ་མེད་ན། བདེན་འཛིན་ལྷན་སྐྱེས་སུ་མི་འགྱུར་རོ། །ངའོ་སྣམ་པའི་སློལ་རྣམ་  
སྐྱེས་ལ་ནི་ངའི་བྱད་ཆོས་གང་ཡང་མི་སྤྲང་ལ། གདགས་གཞི་དང་གཅིག་དང་ཐ་  
དད་གང་གི་ཡང་རྣམ་པ་མི་འཆར་བར། བྱད་གཞི་ང་དེ་སྤྱི་སྤྱི་ཅམ་མ་ཡིན་པར་ང་  
དོན་སྤང་ནས་གྲུབ་པ་ལྷ་བྱུ་ཞིག་སྤྲང་དགོས། སློལ་པ་ང་དེ་ལྷར་སྤྲང་བ་ལ་ང་  
རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་སྤྲང་བ། རང་གི་ངོ་བོས་གྲུབ་པར་སྤྲང་བ། རང་གི་  
མཚན་ཉིད་གྱིས་གྲུབ་པ་དང་། བདེན་པར་གྲུབ་པར་སྤྲང་བ་ཞེས་ཟེར་རོ། །སྤྲང་  
ཚུལ་དེ་ལྷར་དུ་གྲུབ་ན། གཞི་བདག་དང་བདེན་པར་གྲུབ་པ་སོགས་སུ་འགྱུར་  
རོ། །སློལ་དེ་སྤྲང་ཚུལ་དེ་ལྷར་དུ་གྲུབ་པར་འཛིན་པ་བདག་འཛིན་ལྷན་སྐྱེས་སུ་  
འགྱུར་རོ།

དེ་ལྷ་བྱུའི་སྤྲང་ཚུལ་ཡོད་པས་བདག་འཛིན་ལྷན་སྐྱེས་སུ་འགྱུར་ན།  
མིག་ཤེས་ཀྱང་ཆོས་ཅན། རང་འཛིན་ལྷན་སྐྱེས་སུ་འགྱུར་བར་ཐལ། གཟུགས་དེ་  
ལྷར་དུ་སྤྲང་བའི་ཕྱིར། དེ་ལྷ་བྱུའི་འཛིན་པ་ཡོད་པས་དེར་འགྱུར་ན། ངའོ་སྣམ་  
པའི་སློལ་ཆོས་ཅན། དེར་ཐལ། དེ་ལྷར་དུ་འཛིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། ཉོག་པ་ལ་

བདེན་འཛིན་གྱིས་བྱུང་བ་ཁས་སྤངས་སོ། །དེས་ན་ངའོ་སྟེ་མ་བའི་སྒྲོ་ལྷན་སྤྲེས་ལ་  
ང་དང་དུས་མཉམ་བའི་བྱད་ཚོས་རྣམས་དང་བྲལ་བའི་ང་ཙམ་དོན་སྤང་ནས་བྱུང་  
བར་སྤང་བ་སྤང་བ་དང་། སྤང་བ་དེ་ལྷན་དུ་བྱུང་བར་འཛིན་བ་དང་ཞེན་བ་ཡིན་  
ནོ།།

བྱིས་པ་ལ་མེ་ལོང་གི་ནང་དུ་བྱད་བཞིན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་སྤང་བའི་ཆོ་ན་  
གཟུགས་བརྟན་གྱི་ཆ་འདི་དང་འདི་བྱད་བཞིན་དུ་སྤང་ལ། འདི་དང་འདི་མི་སྤང་  
བའི་བྱད་པར་མེད་པར་ཐམས་ཅད་བྱད་བཞིན་དུ་སྤང་། དེ་བཞིན་དུ། ངའི་ཆ་  
འདི་དང་འདི་དོན་སྤང་ནས་བྱུང་བར་སྤང་ལ་འདི་དང་འདི་དེར་མ་བྱུང་བའི་ཆ་  
མེད་པར་ཆ་ཐམས་ཅད་དོན་སྤང་ནས་བྱུང་བར་སྤང་ངོ་། །གཟུགས་བརྟན་དང་  
བྱད་བཞིན་གཉིས་བདུན་ལ་མ་བྱང་བ་ལ་གཅིག་ཏུ་འབྲེས་ནས་སྤང་བས། དེའི་  
སྒྲོས་གཟུགས་བརྟན་ལ་བྱད་བཞིན་དུ་ཞེན། ངའོ་སྟེ་མ་བའི་སྒྲོ་ལ་དོན་སྤང་ནས་  
བྱུང་བར་སྤང་བ་དང་། ང་དོན་སྤང་ནས་བྱུང་བ་གཉིས་གཅིག་ཏུ་འབྲེས་ནས།  
དེའི་སྤང་བ་ལ་དོན་སྤང་ནས་བྱུང་བར་ཞེན་པའོ། །དཔེ་དོན་དེ་གཉིས་འཇལ་བའི་  
ཤེས་བ་དེ་གཉིས་ལ། དེ་འདྲ་བའི་སྤང་ཚུལ་གཉིས་མི་སྤང་ན་སྒྲོ་དེ་གཉིས་  
འབྲུལ་པར་མི་འགྱུར། དེ་གཉིས་ལ་དེ་གཉིས་སྤང་བ་སྤང་དུ་བྱུང་ན་མ་འབྲུལ་  
པར་དེ་གཉིས་འགྱུར་ངོ་། །སྤྱི་པོའི་རྟོག་པ་དང་རྟོག་མེད་ཀྱི་ཤེས་བ་གང་ཡིན་ཀྱང་  
རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བར་སྤང་བའི་ཕྱིར། འབྲུལ་ཤེས་ཡིན་པའི་རྒྱ་  
མཚན་ཡང་དེའོ། །དེས་ན་ངའོ་སྟེ་མ་བའི་སྒྲོ་ལྷན་སྤྲེས་ལ་ངའི་སྤང་ཚུལ་ཇི་ལྟར་

འདུག་ལེགས་པར་ཐིགས་ན་དགག་བྱ་ངེས་པ་ཡིན་པས། ང་ཡི་བ་དང་ཐུང་  
སོགས་གཞན་གྱི་སྤྲེང་དུ་ཡང་། བཏགས་ཆོས་དེའི་རྣམ་པ་འཆར་ཚུལ་དང་ཞེན་  
ཚུལ་ཐིགས་པར་བྱའོ།

གཉིས་པ་ནི། སྤང་ཚུལ་དེ་ལྟར་གྲུབ་ན་ང་དང་ངའི་ཐུང་སོགས་ངེས་  
པར་དོན་སྤྲེང་ནས་གྲུབ་པའི་གཅིག་དང་། དོན་སྤྲེང་ནས་གྲུབ་པའི་ཐ་དད་དུ་  
འགྱུར་ཏེ། དོན་སྤྲེང་ནས་དེ་གཉིས་ལ་ཐུང་གསུམ་ཁེད་པའི་ཕྱིར། བེས་པ་  
གང་ལ་ཡུལ་གང་སྤང་ཡང་རྒྱ་མེད་ཀྱི་གཅིག་དང་རྒྱ་བཅས་ཀྱི་ཐ་དད་དུ་སྤང་བས་  
བྱུང་སྟེ། སྤང་ཚུལ་དེ་གཉིས་ལ་ཐུང་གསུམ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་གཅིག་དང་  
ཐ་དད་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར་བདེན་པར་མེད་པས་བྱུབ་པའི་བྱུབ་པ་ངེས་པའོ།

གསུམ་པ་ལ་གཉིས། དེ་གཉིས་དོན་སྤྲེང་ནས་གྲུབ་པའི་གཅིག་ལ་ཡིན་  
པར་ངེས་པ་དང་། དེ་གཉིས་དོན་སྤྲེང་ནས་གྲུབ་པའི་ཐ་དད་ལ་ཡིན་པར་ངེས་  
པའོ། །དང་སོ་ནི། ང་དང་ཐུང་སོགས་སྤང་ཚུལ་དེ་ལྟར་དོན་སྤྲེང་ནས་གྲུབ་  
པའི་གཅིག་ཡིན་ན། ཐ་དད་གཏན་མེད་ཀྱི་གཅིག་ཏུ་གྲུབ་དགོས། དེ་ལྟར་ན་ད་  
ལྟར་གྱི་ཐུང་སོ་དང་ཡང་དེ་ལྟར་འགྱུར་བས། ང་ད་ལྟར་གྱི་ལུས་སེམས་ཆོགས་  
ཅམ་དང་གཅིག་ཡིན་ནས། སོ་སོ་བ་དང་གཅིག་ཡིན། དང་སོ་ལྟར་ན། དེ་ལྟ་  
བུའི་ཆོགས་ཅམ་དང་བཅས་ཏེ་ཆོ་སྒྲ་མ་ནས་འདིར་འོངས་པ་དང་འདི་ནས་ཕྱི་  
མར་འགོ་བར་ཐལ། ང་ད་ལྟར་གྱི་དེ་དང་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ལྟར་  
ན། ལུས་དང་གཅིག་ཡིན་ནས། སེམས་དང་གཅིག་ཡིན། དང་སོ་ལྟར་ན།

ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཚྭ་གས་ཚམ་དང་གཅིག་ཡིན་ནམ། རེ་རེ་བ་དང་གཅིག་ཡིན།  
 དང་པོ་ལྟར་ན། ལུས་སེམས་བྲལ་ནས་ལུས་མལ་ན་གནས་པའི་ཆོང་ཡང་དེ་  
 ལྟར་གནས་པ་དང་། ལུས་སེམས་བསྐྱེད་ནས་རྒྱུན་ཆད་པའི་ཆོང་ཡང་རྒྱུན་ཆད་  
 པ་སོགས་སུ་ཐལ། དེ་གཉིས་གཅིག་གང་ཞིག །ལུས་དེ་ལྟར་གྱུར་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་ན། ང་འགོ་བ་རིགས་དྲུག་སོགས་སུ་སྐྱེ་བ་རྒྱུན་ཆད་པར་ཐལ་ལོ། །  
 གཉིས་པ་ལྟར་ན། ང་རྒྱང་པའི་སེན་མོའི་བར་གྱི་ཆ་རེ་རེ་ནས་དང་། མགོ་བའི་  
 སྐྱ་རེ་རེ་དང་ཡང་གཅིག་ཡིན་པར་ཐལ། ང་ལུས་ཀྱི་ཡན་ལག་རེ་རེ་རྣམས་དང་  
 གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། སྐྱེས་ཕྱ་གཅིག་གི་མགོའི་སྐྱ་ཇི་སྟེད་ཡོད་པ་  
 དེའི་གངས་དང་མཉམ་པའི་ང་དང་གང་ཟག་སྐྱེས་ཕྱ་གཅིག་པོ་དེ་ལ་ཡོད་པར་  
 ཐལ་ལོ། །གཉིས་པ་ལྟར་ན། རྣམ་ཤེས་ཚྭ་གས་དྲུག་ཀ་དང་གཅིག་ཡིན་ནམ།  
 ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་དང་གཅིག་ཡིན། དང་པོ་ལྟར་ན། སྐྱེས་ཕྱ་གཅིག་གི་རྒྱུད་ལ་  
 རྣམ་ཤེས་ཚྭ་གས་དྲུག་ཅིག་ཅར་སྐྱེས་པའི་ཆོང་གང་ཟག་གཅིག་རྒྱུད་ཐ་དད་པ་དྲུག་  
 ཉུ་ཐལ། དང་པོ་ལྟར་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་ལྟར་ན། འདུ་ཤེས་མེད་པའི་  
 སྟོམས་འདུག་ལ་གནས་པ་དང་བརྒྱལ་པའི་ཆོང་རྒྱུན་ཆད་པར་ཐལ། ཡིད་ཀྱི་  
 རྣམ་ཤེས་རྒྱུན་ཆད་པའི་ཕྱིར། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་མགོ་དང་ལག་པ་ན་བ་སོགས་  
 ཀྱང་ཡོད་པར་ཐལ་ལོ། །དེས་ན་ང་དང་ལྷང་པོ་སྤང་ཚུལ་དེ་ལྟར་གྲུབ་པའི་གཅིག་  
 མ་ཡིན་པར་ངེས་སོ།

གཉིས་པ་ནི། དེ་གཉིས་དེ་ལྟ་བུའི་ཐ་དད་ཡིན་ན་འབྲེལ་མེད་སོ་སོ་བར་



འགྱུར་བས་ཕུང་པོ་གྲང་བྱ་དང་ང་ལེན་པ་པོར་མི་འཐད་པར་ཐལ་བ་དང་། མིག་  
གིས་གཟུགས་མཛོང་བ་ལ་ངས་གཟུགས་མཛོང་བ་དང་། ལག་པ་ན་བ་ལ་ང་ན་བ་  
སོགས་ཀྱི་ཐ་སྙད་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་འབྲེལ་མེད་སོ་སོ་བར་འདུག་  
པའི་ཕྱིར། ཐ་དད་ཀྱང་མ་ཡིན་པར་ངེས་པ་ན་སྟོགས་ཆོས་ངེས་པའོ། །ཡང་ང་དེ་  
རྟག་གམ་མི་རྟག་ །དང་པོ་ལྟར་ན་སྒྲིེ་འཆི་རྒྱན་འཆད་ལ། གཉིས་པ་ལྟར་ན།  
ངའི་ཆ་ཤས་རྣམས་དང་གཅིག་གམ་ཐ་དད། དང་པོ་ལྟར་ན། ང་སྒྲིེས་ཅམ་ནས་  
སྒྲིེ་མི་ཤེས་པ་བཞིན་དུ་ང་ནས་ནས་ཀྱང་སྒྲིེ་མི་ཤེས་པ་དང་། ཕྱིས་རབ་དུ་བྱུང་ན་  
སྒྲིེས་ཅམ་ནས་རབ་དུ་བྱུང་བ་དང་། ང་སྒྲིེ་བ་ན་སྒྲིེས་ཅམ་ནས་སྒྲིེ་བ་སོགས་སུ་  
ཐལ། ཆ་ཤས་རྣམས་དང་སྒྲིེ་ཆུ་ལ་དེ་ལྟར་བྱུང་བའི་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
གཉིས་པ་ལྟར་ན། ང་སྒྲིེ་བ་དམ་པ་དང་འདས་པ་དམ་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ་བ་  
དང་། ལས་གསོག་པ་པོའི་ང་དང་རྣམ་སྒྲིན་སྟོང་བ་པོའི་ང་གཉིས་ཀྱང་འབྲེལ་  
མེད་སོ་སོར་བར་ཐལ། ཕྱི་མ་ལྟར་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་འབྲེལ་མེད་སོ་སོ་  
བར་འགྱུར་བས་སྒྲིེ་མ་ལྟར་རོ།

བཞི་བ་བསྐྱུ་བ་བྱ་ངེས་པ་ནི། གནད་གསུམ་པོ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འཛིན་  
ཆུ་ལ་དང་སྒྲིེ་ཆུ་ལ་དེ་ལྟར་དུ་བྱུང་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་འདུག། །ཡེ་མི་འདུག་སྐྱེས་  
དུ་ངེས་པ་ནི་བསྐྱུང་རྒྱུའི་ལྷ་བ་ངེས་པ་དང་གོ་བ་ཡིན་པས་དེ་སྟོང་ཆུ་ལ་ལྷ་ཡོད་  
ཀྱང་འདིར་ནི་ལྷ་བ་ངེས་ཟིན་མ་བཞེད་པའི་ལས་དང་པོ་བའི་སྟོང་ཆུ་ལོ། །དེ་  
ལ་ཡང་གནད་གསུམ་ཆང་དགོས་ཏེ། ངེས་པའི་གནད། འཛིན་པའི་གནད།

སྤང་བའི་གནད་དོ། །གནད་དེ་གསུམ་དང་ལྟན་པའི་སྤྱོད་ཚུལ་ནི། ང་འཛིན་ཚུལ་  
 དང་སྤང་ཚུལ་དེ་ལྟར་དུ་གྲུབ་པ་གཏན་མི་འདུག་སྟེ་མ་པའི་ངེས་ཤེས་ལྟར་བ་ཞིག་  
 སྤྱིས་པ་གནད་གསུམ་ཆང་བའི་རྒྱན་ལ་ངེས་པ་དྲག་པོ་ཐེངས་ཁ་ཡང་འདྲེན་  
 རོ། །དེ་ལྟར་གྲུབ་ན་གཅིག་གམ་ཐ་དད་ཀྱིས་དབྱུང་བ་ཤིལ་བ་གཅིག་གིས་ངེས་  
 ཤེས་སྤང་བ་བྱངས། ངེས་པ་ན་ངེས་ཤེས་བརྒྱད་མར་འདྲེན་རོ། །ཡང་དེ་ལྟར་  
 བྱེད་པ་ཡིན་རོ། །གནས་པ་མ་གྲུབ་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་པས་བྱི་མ་རྣམས་  
 ལ་དབྱུང་བ་ཤུགས་རྒྱུད་ཅེ་བ་རེ་བྱེད། ངེས་ཤེས་དྲག་པོ་བརྒྱད་མར་བྱེད། །འདི་  
 ལྟར་གཅིག་དང་ཐ་དད་ཀྱི་དབྱུང་བ་བྱེད་པ་ནས་དབྱུང་དོན་མ་ངེས་ཀྱི་བར་ལ་ཡང་  
 རྟོག་པ་རིགས་མི་མཐུན་ཀྱིས་བར་མ་ཆད་པ་དྲན་ཤེས་དང་། དབྱུང་དོན་ངེས་  
 པའི་ངེས་ཤེས་བརྒྱད་པ་མ་གཏོགས་པ་གཞན་ཀྱིས་བར་མ་ཆད་པའི་དྲན་ཤེས་  
 དང་། རིག་པ་དེའི་ངོར་ཡུལ་རིགས་མཐུན་རིགས་མི་མཐུན་གང་གི་ཡང་མཆོན་  
 མ་འཆར་བ་འགོག་པ་ལ་དྲན་ཤེས་བསྟན་ཚུལ་སོགས་ཞི་གནས་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་  
 ཤེས་པར་བྱེད། །ངེས་ཤེས་བརྒྱད་པའི་མཐའ་དང་སྤང་ཚུལ་དེ་ལྟར་གྲུབ་ན་སྟེ་  
 སྤང་དབྱེད་པའི་བར་དུ་ཡང་རྟོགས་པ་གཞན་ཀྱིས་བར་མ་ཆད་པར་བྱེད། །དེ་  
 ལྟར་བསྟོམས་པ་ལས་ཡུལ་ཅན་དེ་ཡུལ་སྤོང་བ་ཉིད་དེའི་དབང་དུ་སོང་བ་ལྟ་བུ་  
 དང་། ཡུལ་དེ་ཤེས་པ་དེའི་ངང་དུ་སྤྱིས་པ་ལྟ་བུ་འབྱུང་ངོ་། །ཆོས་རབ་རྒྱ་རྣམ་  
 འབྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་སྟོམ་པ་དང་། ལྟག་མཐོང་སྟོམ་པ་ལ་ཁྱད་པར་ཨེ་ཡོད་སྟེ་  
 རྟོ། །གཞན་དུ་བཤད་པར་བྱེད།

གཉིས་པ་ནི། མིང་ཅམ་དང་། བཏགས་པ་ཅམ་དང་། སྐྱུ་མ་ལྷ་པུ་  
གསུམ་གྱིས་བཤད་པར་བྱའོ། །དང་པོ་ནི། རའོ་སྐྱམ་པའི་སྒྲོས་བརྒྱུད་པ་རང་གི་  
དོན་དེ་ལྟར་དུ་གྲུབ་ན་བཀག་པའི་རྗེས་སུ་ང་ཞེས་པའི་མིང་ཅམ་དེ་ལས་མ་  
ལུས། དེ་རི་བོང་གི་རྩ་ཞེས་པའི་མིང་སྐྱམ་པོ་དེ་དང་མཚུངས་སོ་སྐྱམ་ན། མིང་  
ཅམ་དེ་མཚུངས་ཀྱང་དོན་བྱེད་རྣམས་མི་རྣམས་ཀྱི་བྱུང་པར་ཡོད་དོ། །མིང་རྒྱུད་དེ་རི་  
རྗེས་སུ་མ་བཏགས་མ་དབྱུད་པར་ཞུགས་པ་ན་ང་འགོ་ཞེས་ལམ་མེ་ལམ་མེ་  
འགོ་ །ང་སྒྲོད་ཅེས་བྲིས་གྱིས་སྒྲོད། དེ་བཞིན་དུ་དགེ་བ་བསྐྱུབ། སྒྲིག་པ་  
བཤགས་པ་སོགས་འཐད་པ་ནི། མིང་རྒྱུད་ལ་བྱ་བྱེད་འཐད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
བཞིན་དུ་བཅད་དང་ཐ་སྙད་ཅམ་ལ་ཡང་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་ཀུན་ལ་སྐྱར་རོ། །

གཉིས་པ་ནི། རོག་སོགས་འདུས་པ་མཐོང་བ་ན་བསྐྱུང་ངོ་སྐྱམ་པའི་སྒྲོ་  
སྒྲེ་ལ་བྲིའི་སྒྲོ་མི་སྒྲེ་བཞི་གཤགས་གཞི་དེ་ལ་དེར་བཏགས་མ་བཏགས་ཀྱི་བྱུང་  
པར་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་གཤགས་གཞི་ཕུང་པོའི་ཚོགས་པ་དང་ཡལ་གྲུལ་གང་  
རུང་མཐོང་བ་ན་རའོ་སྐྱམ་པའི་སྒྲོ་སྒྲེ་བ་ཡང་གཤགས་གཞི་དེ་ལ་ང་དང་ང་ཡིའོ་  
ཞེས་བཏགས་པས་སོ། །དེ་ལྟར་ཆོས་ཀུན་ལ་ཤེས་པར་བྱའོ། །སྐུས་བཏགས་ན་  
རོག་པས་བཏགས། དེ་རི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་མ་གྲུབ། ཀུན་  
རྩོབ་མིང་ཅམ་དུ་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་ནི། སྐྱུ་མ་རྣམས་འགྱུར་དེ་སྒྲོས་པས་དཔེར་མཛད་དོ། །དེ་ཡང་  
སྐྱུ་མ་མཁན་རང་ལ་སྐྱུ་མའི་སྐྱུ་བ་ཡོད་ཀྱང་ཞེན་པ་མེད་པ་ལྟར་རོ། །དེ་ལྟར་

བསྐྱོམ་པ་ལ་གཉིས། གཉེན་པོའི་སྟོབས་ཀྱིས་སྐྱོམ་པ་དང་། དཔེས་ཀྱིས་སྐྱོམ་པ་ལོ། །དང་པོ་ནི། མཉམ་གཞག་རྣམས་པ་མཐུ་ཅན་དུ་གྱུར་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་དཔེས་ལ་མི་ལྟོས་པར་སྤང་ཅམ་ནས་རང་བཞིན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པའི་རྒྱན་སྒྲུ་མ་ལུ་བྱ་སྐྱོམ་མོ། །ལུ་བའི་ངེས་པ་མེད་པར་གང་སྤང་བུན་ལོང་སེམས་གནས་ཀྱི་མཐུ་ལས་འབྱུང་བས་སྒྲུ་མ་ལུ་བྱ་སྐྱོམ་པའི་དོན་དུ་མི་རུང་ངོ་། །

གཉིས་པ་ནི། དཔེས་ཀྱིས་བཟུང་སྟེ་ངའོ་སྟམ་པའི་སྒོ་ལ་ང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་སྤང་ཡང་ང་སྤང་ཅམ་ནས་རང་བཞིན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པའི་ངེས་པ་དངས་ཏེ་བསྐྱོམ་པར་བྱའོ། །དེ་ཡང་སྒོ་དེ་ལ་སྤར་ང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་དང་། ང་རང་བཞིན་མེད་པ་གཉིས་ཅིག་ཅར་སྤང་ཡང་དེ་གཉིས་སོ་སོར་ངེས་པའི་རྟོག་པ་གཉིས་གང་ཟག་གཅིག་ལ་དུས་གཅིག་ལ་ཡང་མི་འབྱུང་བས་ཤེས་པ་གཞན་གྱིས་བར་མ་ཆོད་པར་ངེས་པ་འདྲན་ནོ། །འདི་ནི་དེ་ལྟར་སོ་སོ་སྒྲུབས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་བསྐྱོམ་པའི་རྗེས་ཐོབ་དངོས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཞན་ལ་ཡང་ཤེས་པར་བྱོས་ཤིག །

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། མཉམ་གཞག་ཏུ་སྐྱོམ་པ་དང་། རྗེས་ཐོབ་ཏུ་སྐྱོམ་པ་ལོ། །དང་པོ་ནི། མིག་སྒྲུ་སོགས་ང་ཡི་བའི་གདགས་གཞི་ཡིན་ལ། ངའོ་སྟམ་པ་དང་། བདག་གི་འོ་སྟམ་པའི་སྒོ་ལ་དབང་བསྐྱུར་བྱ་ལུ་བྱར་སྤང་ལ། སྒོ་དེས་བཟུང་བ་ལྟར་དོན་སྟེང་ནས་གྲུབ་ན། ང་ཡི་བ་རང་གི་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཞེན་དོན་དུ་བྱས་ནས་ང་ཡི་འོ་སྟམ་དུ་འཛིན་པ་བདག་གི་ར་འཛིན་པ་

ལྷན་སྦྲེས་གང་ཟག་གི་བདག་གམ་དེར་འཛིན་གྱི་ཁོངས་སུ་བསྐྱར་རུང་བ་ཡིན་  
 མོ། །དབང་བསྐྱར་བྱ་དེ་དོན་སྤངས་ལྱབ་ན། བསྐྱར་བ་པོ་གང་ཟག་གྲང་དོན་  
 སྤངས་ལྱབ་པ་ལ་དེ་སྤར་མཐའ་པའི་རིགས་པས་ཅུང་ཟད་གྲང་མ་གྱུ་བར་  
 རྟོགས་པས། བདག་གི་བ་ལ་ཡང་རང་བཞིན་ཅུང་ཟད་གྲང་མེད་པར་རྟོགས་པ་  
 མོ། །གང་ཟག་གི་བདག་མེད་གྱི་ཕྱོགས་སུ་གཏོགས་པ་བསྐྱོམ་རྒྱའི་ལྷ་བ་ཡིན་  
 ལ། སྐྱོམ་ཚུལ་དང་བྲན་ཤེས་བསྐྱེན་ཚུལ་སྤར་ལྷར་རོ།

གཉིས་པ་རྒྱུ་ཐོབ་ཏུ་མིང་ཅམ་དང་བཏགས་པ་ཅམ་དང་སྐྱུ་མ་ལྷ་བྱར་  
 སྐྱོམ་པ་ཡང་སྤར་གྱི་རིགས་པ་ཁ་སྐྱོམ་ལ་བྱའོ། །སྤར་མཐའ་པའི་རིགས་པ་དེས་  
 དཔྱལ་བ་ནས་སངས་རྒྱས་གྱི་བར་གྱི་གང་ཟག་དང་། དེའི་བདག་གི་བ་ཐམས་  
 ཅད་གདགས་གཞི་གང་ཡིན་པ་དེ་དང་ངོ་མོ་གཅིག་ཡིན་པ་དང་། ངོ་མོ་ཐ་དད་  
 ཡིན་པ་རང་བཞིན་གྱིས་གྱུ་བ་པ་མེད་པའི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པ་དང་།  
 བདག་གི་བ་ཐམས་ཅད་གྲང་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པ་སྐྱབ་ཚུལ་ཤེས་པར་བྱའོ།

གཉིས་པ་ཆོས་གྱི་བདག་མེད་སྐྱོམ་ཚུལ་ལ་གཉིས། མཉམ་གཞག་ཏུ་  
 སྐྱོམ་པ་དང་། རྒྱུ་ཐོབ་ཏུ་སྐྱོམ་པའོ། །དང་པོ་ནི། རང་རྒྱུད་གྱིས་བསྐྱས་པ་དང་  
 མ་བསྐྱས་པའི་ཕྱང་པོ་དང་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་ཡིན་ལ། དེ་རྣམས་དོན་  
 སྤངས་ལྱབ་པ་ལྷ་བྱར་སྤར་ལ། སྤར་བ་ལྷར་གྱུ་བ་པ་དང་ཞེན་པ་ཆོས་གྱི་བདག་  
 དང་བདག་འཛིན་ཡིན་ལ། དེ་ལྷར་བྱ་མ་གྱུ་བ་པ་ཆོས་གྱི་བདག་མེད་ཡིན་མོ། །དེ་  
 གཏན་ལ་འབེབས་པ་ནི། གཟུགས་ཅན་རྣམས་རང་གི་ཤར་ལ་སོགས་པའི་

ཕྱོགས་ཀྱི་ཆ་རྣམས་དང་། ཆ་ཅན་དང་། ཤེས་པ་རང་གི་སྒྲ་ཕྱི་ལ་སོགས་པ་དུས་  
 ཀྱི་ཆ་དང་ཆ་ཅན་རྣམས་དོན་སྤྱིང་ནས་བྱུང་བའི་གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་དུ་བྱུང་  
 སྒྲར་བཞིན་བརྟགས་ནས་འགོག་པའོ། །ཆོས་དང་གང་ཟག་རང་གི་གདགས་  
 གཞིའི་ཆོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བརྟགས་པ་ཡིན་ལ། བརྟེན་ནས་སྦྱོས་པ་དང་།  
 བརྟེན་ནས་བརྟགས་པ་ཡིན་ནོ། །གང་ལ་བརྟེན་པ་དེ་དང་དེའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་  
 བའི་གཅིག་ཏུ་མེད་དེ། གཅིག་ཏུ་ཡོད་ན་བྱེད་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་  
 ལ། དེ་གཉིས་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བའི་གཞན་དུ་མེད་དེ། དེར་ཡོད་ན་འབྲེལ་བ་  
 བྱེད་པས་དེ་ལ་ལྟོས་པ་འགལ་བའི་བྱིར་རོ། །འདི་དང་སྒྲ་མའི་རིགས་པས་  
 རང་བཞིན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པར་ངེས་པ་དེ་སྒྲར་ལྟར་བཤད་པའི་བརྟེན་ནས་སྦྱོས་  
 མོ།།

གཉིས་པ་ནི། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཀྱི་སྐབས་སུ་བཤད་པ་བཞིན་དུ་སྒྲ་  
 མ་ལྟ་བུའི་སྦྱོམ་ཚུལ་བྱའོ། །ཡོད་ཅན་དུ་བྱུང་གྱང་བདེན་པ་ཁེགས་པ་དོན་དམ་  
 བདེན་པ་ལ་སྒྲ་མ་ལྟ་བུར་བྱས་པ་དང་། སྦྱོང་བཞིན་དུ་སྒྲར་བའི་སྒྲ་མ་ལྟ་བུ་  
 གཉིས་ལས། འདིར་བྱི་མ་བསྦྱོམ་བྱ་ཡིན་ནོ། རྟོག་པ་ལ་བརྟེན་པ་སྦྱོང་ཚུལ་ལྟར།  
 ད་ལྟར་གྱི་གང་ཟག་གི་དབང་ཤེས་ལ་དེ་ལྟར་བསྦྱོམ་པ་ནི། དབང་ཤེས་ཡུལ་ལ་  
 འཕྱག་པ་ན་བཤད་པའི་ཀྱིས་དེ་ལྟར་བཟུང་སྟེ། དབང་ཤེས་ལ་ཡུལ་དེ་ལྟར་སྒྲར་བ་  
 དང་། ཡོད་ཤེས་ཀྱིས་རང་བཞིན་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པའི་ངེས་ཤེས་དུས་གཅིག་ཏུ་  
 བཤས་ལ། སྒྲར་བཞིན་དུ་སྦྱོང་པ་དང་། སྦྱོང་བཞིན་དུ་སྒྲར་བའི་སྒྲ་མ་ལྟ་བུར་

འཆར་བ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། །གཞན་ཡང་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་དང་། །བརྟེན་  
 ནས་བྱབ་པ་དང་། །བརྟེན་ནས་སྐྱེས་པའི་རྩལ་ལ་ངེས་ཤེས་བརྟན་པོ་འབྱེན་ནོ། །  
 ཟབ་མོ་ལྷ་བྱིད་གྱི་ཡི་གེ་རིན་པོ་ཆའི་འབྲེང་བ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་དར་མ་རིན་ཆེན་  
 གྱིས་སྐྱར་བའོ། ། ॥

༡༡། ཁྲིམ་པར་གྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པའི་མན་ངག་གི་བསྟན་བཅས་  
 མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་གྱི་མཐར་ཐུག་པའི་ལྷ་བ་ཐལ་  
 འགྲུར་དུ་འབྲེལ་ཚུལ་གནད་དོན་གསལ་བའི་  
 རྒྱ་ཐེར་བཞུགས་སོ།།

མཁས་གྲུབ་དགེ་ལེགས་དཔལ་བཟང་། ༡༣༥-༡༣༩

༡༡། རྒྱལ་ཡུམ་རིན་ཆེན་གསེར་གྱི་ཁ་འབྲེད་པ། ཁི་པམ་ཆོས་རྗེ་  
 ལ་འདུད་དེ་ཉིད་ནི། འུར་སྒྲིག་གར་གྱི་རྣམ་རོལ་ཙོང་ཁ་པ། རྣམ་བཅས་  
 ཞབས་རྒྱལ་གཙང་མས་ཡན་ལག་མཆོག་ ཁྲིམ་པར་མཛོད་ཅིག་རྒྱ་བོད་མཐར་  
 དག་གི་ རྟོགས་མ་སྒྲས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ཡང་། རབ་དཀར་རྒྱན་གྱིས་བལྟ་  
 བའི་མཐར་ཐུག་ནི། རྒྱ་མའི་གསུང་བཞིན་བདག་གིས་བཤད་པར་བྱ། །

དེ་ཡང་བྱམས་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ཆོས་ཉི་ཤུ་ཞེས་གྲགས་པ་ལས། རྒྱན་  
 གཉིས་དང་། འབྲེད་གཉིས་དང་། རྒྱད་རྒྱ་མ་སྟེ་ལྷའི་ནང་ནས། མངོན་རྟོགས་  
 རྒྱན་དང་། རྒྱད་རྒྱ་མའི་ལྷ་བ་མཐར་ཐུག་པ། ཐལ་འགྲུར་དུ་གནས་སོ་ཞེས། །  
 རྗེ་བཙུན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་མཁས་པའི་ཆོག་གྱི་དབུས་སུ་ཡང་དང་ཡང་དུ་  
 སོང་ཉི་ར་རོ་སྟོག་པར་མཛོད་ལ་གསུང་ཡི་གེར་བཀོད་པ་ཡང་མཛོད་དེ། དེའི་  
 གསུང་རྒྱན་ཞིབ་པར། རྒྱལ་ཆབ་ཆོས་རྗེ་དང་། མཁས་གྲུབ་ཆོས་རྗེ་དང་། ཁོ་



བའི་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་ཆེན་པོ་རྒྱལ་མཚན་བཟང་པོ་ལ་སོགས་པ་དགོངས་པ་  
 གཅིག་དང་དབྱངས་གཅིག་དང་། མགོན་གཅིག་གིས་མཐུན་པར་གསུངས་  
 མོ། །དེ་ཡང་རེ་མིག་གིས་སྤྲོད་ལ་པ། གང་ཟག་གི་བདག་ཞེ་བས་མཐའ་གཅིག་  
 ཏུ་ཁས་ལེན་པ་དག་ལ་ནི། སྟོན་པས་བདག་དེ་ལས་བཅུམས་ཏེ། རྟག་མི་རྟག་  
 སོགས་གང་དུ་ཡང་གསུང་བར་མི་མཛད་པས། ལུང་མ་བསྟན་གྱི་ལྷ་བ་བཅུ་བཞི་  
 སོགས་རྣམས་པར་བཞག་གོ། །སངས་རྒྱས་པ་ལ་ཡང་ཉན་ཐོས་སྟེ་བ་དག་ལ་ཆོས་  
 གྱི་བདག་མེད་བསྟན་པའི་སྟོན་དུ་མི་རུང་བས། ཤས་ཆེར་གང་ཟག་རང་རྒྱ་ཐུབ་  
 པའི་ཇུས་ཡོད་བཀག་པའི་བདག་མེད་གཙོ་བོར་སྟོན་ཅིང་། ཆོས་གྱི་བདག་མེད་  
 ནི། གཟུགས་ནི་དབྱ་བ་བཅོས་པ་འདྲ། ཞེས་སོགས་མདོར་བསྟུས་ཅམ་ལས་མ་  
 གསུངས་མོ། །ཐོག་པ་ཆེན་པོ་ལ་ཡང་། སེམས་ཅམ་པ་རྣམས་བདག་མེད་སྟོ་མོ་  
 སྟོན་པའི་སྟོན་དུ་མི་རུང་བས། བཟུང་འཛིན་ཇུས་ཐ་དད་གྱིས་སྟོང་པའི་སྟོང་ཉིད་  
 དང་། རོ་བོ་དང་བྱད་པར་དུ་བཏགས་པའི་ཀུན་བཏགས་རང་གི་མཚན་ཉིད་གྱིས་  
 བྱུང་བས་སྟོང་པའི་སྟོང་ཉིད་ཅམ་གཙོ་བོར་གསུངས་པས། དེའི་སྟོན་པ་དེ་དག་  
 གི་ལྷ་བ་རྣམས་པར་བཞག་གོ། །དབྱ་མ་བ་ལ་ཡང་། རང་རྒྱུད་པ་བདེན་པར་བྱུང་  
 པ་ཅམ་བཀག་པ་སྟོན་པའི་སྟོན་དུ་རུང་ལ། དེ་དང་མཐུན་པའི་ལྷ་བ་དང་དེའི་སྟོང་  
 དུ་ཐལ་འགྱུར་བ་ལ་རང་གི་མཚན་ཉིད་གྱིས་བྱུང་བ་བཀག་པའི་ལྷ་བ་དེ་གཉིས་  
 ལས། སྟོ་མ་སྟོ་མའི་སྟོན་རུང་གི་གདུལ་བྱ་མང་ལ། སྤྲོ་མའི་སྟོན་རུང་གི་གང་  
 ཟག་རྣམས་ནི་ཉུང་སྟེ། ལྷ་བ་ཟབ་མི་ཟབ་གྱི་དབང་དང་། གདུལ་བྱ་སྐལ་ལྷན་

མང་ཉུང་གི་བྱུང་བར་རོ། །དེ་ལ་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་འདིར་ནི། རང་རྒྱུད་  
བའི་ལྷ་བར་གྲགས་པ་དེའི་སྟོང་རུང་མང་བས་དེ་དག་གིས་ཆེད་དུ་དེ་དག་གི་ལྷ་  
བ་དང་། སྤྱི་བ་པའི་རྣམ་གཞག་དང་། ལམ་དང་འབྲས་བུའི་རྣམ་པར་བཞག་པ་  
སྤྱིར་བཏང་དུ་རྒྱས་པར་གསུངས་ལ། རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བ་བཀག་པའི་བདག་  
མེད། ཆེས་སྤྱ་བ་ནི་དེའི་སྟོང་རུང་གི་གདུལ་བྱ་ཉུང་བ་དང་མཐུན་པར་མདོར་  
བསྡུས་ནས། དམིགས་བསལ་དུ་གསུངས་ཏེ་འཆད་པར་འགྱུར་ལ། དཔེར་ན་  
སྡེ་བདུན་གྱི་ལྷ་བ་འཆད་པ་ན། སྟོབ་དཔོན་ལྷ་དབང་སྟོ་ཇེས་འབྲངས་དང་བཅས་  
བ་དང་། སྟོབ་དཔོན་ཆོས་མཆོག་གིས་མདོ་སྡེ་བའི་ལུགས་སྤྱིར་བཏང་དུ་རྒྱས་  
པར་གསུངས་བ་དང་། སེམས་ཅམ་བའི་ལྷ་བ་དམིགས་བསལ་དུ་བྱས་ནས།  
ཉུང་དུ་བཤད་ཅིང་མཐར་ཐུག་གི་ལྷ་བ་སེམས་ཅམ་དུ་བཀྲལ་བ་ལྷ་བུའོ།

བཀའ་བར་བ་མཆོན་ཉིད་མེད་པའི་མདོའི་གཙོ་བོ་རྒྱས་འབྲིང་བསྡུས་  
གསུམ་གྱི་དོན་ལ། སྤྱི་བ་དོན་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རིམ་བ་དང་། དངོས་བསྟན་  
སྟོང་ཉིད་གཉིས་ལས། སྡེ་མ་ཇེ་བཙུན་གྱིས་རྒྱན་འདིར་བཀྲལ་བའི་ལྷ་བའི་མཐར་  
ཐུག་རང་རྒྱུད་པ་སྤྱིན་གྱི་ལྷ་བར་མི་རུང་སྟེ། དེ་ལྷ་ན་ཅ་བཤེས་རབ་གྱི་ལྷ་བའི་  
མཐར་ཐུག་རང་རྒྱུད་དུ་གནས་པར་ཀུན་ཏུ་མཚུངས་སོ། །ཁག་ཏེ་མདོ་དེ་དག་གི་  
ལྷ་བ་མཐར་ཐུག་ཐལ་འགྱུར་དུ་གནས་མོད་གྱི། ཇེ་བཙུན་གྱི་རྒྱན་འདིར་དེ་ལྷ་ར་  
མ་བཀྲལ་ལོ་སྟམ་ན་བདེན་མོད་གྱི། ཇེ་ལྷ་ར་བཀྲལ་བའི་ཚུལ་འདི་དེ་མ་ཐག་ཏུ་  
འཆད་པར་འགྱུར་བས། དེའི་ཆོ་སྟོ་གྲོས་གྱི་མིག་མ་སྟོངས་པར་གྱིས་ལ་གུས་

བས་ཉོན་ཅིག། ཁྲིའི་ཕྱིར་མདོ་དང་རྒྱན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་ཐམས་འགྱུར་  
བ་ཡིན་གྱི། རང་རྒྱུད་བར་འཛོལ་བ་གནས་མེད་དོ། །གལ་ཏེ་ཉོན་ཐོས་ཀྱི་སྡེ་སྡོད་  
ཡིན་ན། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་མི་སྟོན་བས་ཁྱེད་ལོ། །ཞེས་དང་། རེས་དོན་གྱི་  
མདོ་ཡིན་ན། དང་དོན་མི་སྟོན་བས་ཁྱེད་ལོ། །ཞེས་དང་། བསྟན་བཅོས་དེར་བྱིད་ན་  
ཡོད་པར་སྟོན་ན། བྱིད་ན་འགོག་བའི་རིགས་བ་མི་སྟོན་བས་ཁྱེད་ལོ། །ཞེས་  
དང་།

ཡང་བསྟན་བཅོས་དེ་རང་རྒྱད་པའི་ཡུགས་སྟོན་ན། ཐལ་འགྱུར་བའི་  
ཡུགས་མི་སྟོན་པས་བྱབ་པོ་ཞེས་སྒྲ་བ་ནི། ཡིན་ཏུ་ཅིངས་པ་སྟེ། འཕགས་པ་  
བརྒྱད་སྟོང་བ་ཆོས་ཅན། མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གཅིག་སྟོན་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
གང་ཡང་དག་པའི་སྟོན་མེད་པར་ཞུགས་པ་ནི། ལྷ་མེད་ཚྲོགས་བྱང་དུ་སེམས་  
བསྐྱེད་པའི་མ་ཐུ་མེད་དོ། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་གསུམ་བསྟན་པའི་  
ཕྱིར། རྒྱན་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བསྟན་བཅོས་མ་ཡིན་པར་  
ཐལ། དབང་པོ་བརྟལ་དང་རྫོན་པོ་དག་ །ཅེས་སོགས་ཐེག་དམན་གྱི་ཡུགས་  
བཞག་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་གཉིས་ཁས་བླངས། ལྷ་མ་དགོངས་པ་ཅན་དང་། ཕྱི་  
མ་བདགས་པ་པའོ་ཞེ་ན།

འདི་ཡང་གཏུལ་བྱ་མང་ཉུང་གི་དབང་གིས་སོ། །ཞེས་པའད་ཅིང་འཆད་  
པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་སྒྲིབ་པའད་ནས། བྱུང་པར་དུ་འཆད་པ་ལ་གཉིས། རྩེ་  
བཅུན་སྒྲུ་མའི་གསུང་ལས་ཇི་ལྟར་འབྱུང་བ། མངོན་རྟོགས་རྒྱན་ཉིད་ལས་ཇི་ལྟར་

བསྐྱེད་པའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ནི་རིང་དུ་སོང་བར་སྒྲོས་ཀྱང་ལྷག་པར་འགྱུར།  
 ཞེས་པའི་ལྷོགས། འོ་ན་མངོན་རྟོགས་རྒྱུ་ལས། གཟུང་དོན་རྟོག་པ་སྒྲོང་ཕྱིར་  
 དང་། །འཛིན་པ་མི་སྒྲོང་ཕྱིར་དང་ནི། རྟོན་གྱི་བསེ་རུ་ལྷ་བུའི་ལས། །ཡང་དག་  
 བསྐྱེད་པར་ཤེས་པར་བྱ། ཞེས་རང་རྒྱལ་གྱི་ལམ་གྱིས་བཟུང་བ་ལ་བདེན་ཞེན་  
 གྱི་རྟོག་པ་སྒྲོང་རྒྱས་ཀྱང་། འཛིན་པའི་བདེན་ཞེན་སྒྲོང་མི་རྒྱས་པར་གསུངས་པ་  
 དང་། །ཡང་། ཉན་མོངས་ཤེས་བྱ་ལམ་གསུམ་གྱིས། ཉམས་ཕྱིར་སྒྲོབ་མ་བསེ་  
 རུ་དང་། རྒྱལ་སྐས་ནམས་ཀྱིས་དག་པ་སྟེ། ཞེས་བཟུང་བ་ལ་བདེན་ཞེན་ཤེས་  
 སྒྲོབ་རུ་གསུངས་པ། ཇི་ལྟར་བྱང་ཞེན། དེ་ལ་བཟུང་བ་ཕྱི་རོལ་ཞེན་པ་སྒྲོང་བའི་  
 དོན་ནི། ཕྱི་རོལ་གྱི་ཚད་མས་བྱུབ་ཀྱང་། ཕྱི་རོལ་བདེན་བྱུབ་རིགས་པས་ཁེགས་  
 པ་དཔུ་མ་པ་ལྟར་གཏན་ལ་ཐབ་པའི་དོན་བསྒྲོམས་ནས་བདེན་ཞེན་སྒྲོང་བ་དང་།  
 །ཡང་ན་སེམས་ཅན་པ་ལྟར། ཕྱི་རོལ་གྱི་དོན་རིགས་པས་བཀག་པའི་དོན་སྒྲོམ་པ་  
 ལ་བརྟེན་ནས་ཕྱི་རོལ་ཡོད་པར་འཛིན་པ་སྒྲོང་བ་གང་རུང་གཅིག་ལས་མི་འདའོ།

དེ་ལ་ཡང་། དང་པོ་ལྟར་ན་མི་རིགས་ཏེ། ཕྱི་དོན་སྒྲིར་ཡོད་པར་འཛིན་  
 ཐུབ་པ་ལ། བདེན་པར་ཡོད་པ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་སྒྲོད་པའི་རིགས་པས་ཁེགས་པ་  
 གཅིག་ཡིན་ན་ནི། དེ་ནས་འཛིན་པ་ལ་བདེན་པ་ཡོད་མོད་ཀྱི་དཔྱད་པ་ཞུགས་པ་  
 ན། རིགས་པ་སྒྲ་མའི་མཐུ་ལ་བརྟེན་ནས་བདེན་མོད་དུ་རྟོགས་པར་རྒྱས་ཏེ།  
 འཕགས་པ་ལྟས། གང་གི་དངོས་གཅིག་དེ་བཞིན་ཉིད་མཐོང་བ། །དེ་ཡི་དངོས་  
 ཀུན་དེ་བཞིན་ཉིད་དུ་མཐོང་། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཉིས་པ་ལྟར་

འདོད་པ་ནི། སློབ་དཔོན་མེད་གོ་བཟང་པོ་ལ་སོགས་པའི་ལུགས་ཡིན་ལ། དེ་  
 ལྟར་ན་སྤྱི་རེ་ལ་མེད་པར་ཆད་མས་གྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། བྱི་རེ་ལ་མེད་པར་གྲུབ་ན།  
 དེ་འཛིན་པའི་ཤེས་པ་བཟུང་བ་ལས་ཇུས་ཐ་དད་མེད་པར་ནི། སྤྱད་བར་པོ་བརྟུལ་  
 ཡང་གྲུབ་པས། འཛིན་པ་ལ་བདེན་ཞེན་མི་སྤྲོད་བཞི། སྤྱིར་ཤེས་པ་བདེན་གྲུབ་ཏུ་  
 ཁས་ལེན་པ་ལ་བྱེད་ཀྱི། གཟུངས་འཛིན་ཇུས་ཐ་དད་ཀྱི་བྱེད་ཁེགས་ཤིང་། བྱེད་  
 བདེན་པར་འཛིན་པ་གཏན་མིན་པས། འཛིན་པ་བདེན་པར་སྤྱོད་པའི་རང་རྒྱལ་  
 དང་། གཟུང་འཛིན་གཉིས་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་དོན་དམ་ཏུ་གྲུབ་པར་སྤྱོད་པའི་ནུས་  
 རིག་པ་གཉིས། གྲུབ་མཐའ་མཚུངས་པ་མཚར། ཞེས་པ་ནི། གསལ་བྱེད་པའི་  
 བཞད་གད་དོ།

འདིར་རང་རྒྱལ་གྱི་ལམ་ཐེག་པ་འབྲིང་དུ་བསྟན་པ་ལ། བཟུང་བ་དང་  
 འཛིན་པ་ལ་བདེན་ཞེན་སྤྲོད་མི་སྤྲོད་གི་ཁྱད་པར་གསུང་སྟེ། དེ་གཉིས་ཀྱིས་ཉན་  
 ཐོས་ལས་ལྷག་པ་དང་། ཐེག་ཆེན་ལས་དམན་པའི་བྱིར་འབྲིང་པོ་འོ། འདི་ནི་  
 ཐེག་པ་ཆེ་འབྲིང་རྒྱུད་གསུམ་གྱི་གང་ཟག་གསུམ། དབང་པོ་ནོ་འབྲིང་རྒྱལ་བ་  
 ཡིན་པས། བདག་མེད་ལས་ལྟོས་ཏེ་དབང་པོའི་རིམ་པ་བཞག་པ་སྟེ། ཐེག་ཆེན་  
 ལ་ལྷ་བ་རབ་དབྱུ་མའི་ལྷ་བ་དང་། ཐེག་འབྲིང་ལ་ལྷ་བ་འབྲིང་སེམས་ཙམ་གྱི་ལྷ་  
 བ་དང་། ཐེག་རྒྱུད་ལ་ལྷ་བ་ཐ་མ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་ཐུན་མོང་བའི་ལྷ་བ་  
 བཞག་པ་ཡིན་ཡང་། དེར་མ་ངས་སོ། །དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་བ་གསུམ་ཀ་ལ་ཡོད་  
 པ་ལྟར་ནའང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཐུར་དུ་གཏིང་དཔོག་མི་དཔོག་སོགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས།

དབང་པོའི་རིམ་པ་གསུམ་མི་འགལ་ལོ། །འཛིན་པ་ཤེས་པ་བདེན་ཞེན་སྤོང་མི་  
 ཉུས་པ་དམན་བྱད་ལྟ་བུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། མངོན་རྟོགས་རྒྱན་ནས་བཤད་པའི་  
 བདག་མེད་གྱི་ལྷ་བ་ནི་མདོ་རྒྱན་དང་། འབྲེད་ནས་གཉིས་ལྟར་སེམས་ཙམ་ལ་  
 བཤད་དུ་མི་རུང་ངོ་། །མངོན་རྟོགས་རྒྱན་ལའང་། དབུ་སེམས་སུ་འབྲེལ་ཚུལ་  
 རྒྱ་གར་བ་རྣམས་ལའང་ཡོད་པས། དེ་དག་གི་རྒྱ་མཚན་མང་དུ་བཤད་དགོས་  
 གྱུར། ཆོག་མངས་སུ་དོགས་ནས་རེ་ཤིག་ལ་མ་བྲིས་སོ། །ཞེས་སོ། །འདི་ནི་  
 གོང་དུ་བཤད་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྩོད་པ་སྤོང་བ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་ཡང་འབྲེལ་པ་ནས་  
 བཤད་པའི་རྩོད་པ་སྤང་བ་དང་། མ་བཤད་པའི་རྩོད་པ་སྤངས་པ་གཉིས་ལས།  
 འདི་ཕྱི་མཐོ།

དེ་ལྟར་རྩོད་པ་སྤང་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། འདི་དག་གི་སྒྲིན་དུ་  
 གྲིམ་ར། གདགས་གཞི་བྱང་པོ་ལ་བདེན་པར་དམིགས་པའི་ཞེན་ཡུལ་སྟན་མ་སྤྱང་  
 བ། བདགས་ཆོས་གང་ཟག་ལ་བདེན་པར་འཛིན་པའི་ཞེན་ཡུལ་སྟན་མ་བྱིན་  
 པས། གང་ཟག་བདེན་མེད་དུ་མ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་  
 མཚན་ཉིད་རྟོགས་པ་མ་རྟོགས་པར་བསྟོན་ནོ། །ཞེས་བ་དང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གྱི་ལྷ་  
 བ་དང་བྲལ་ན་འཁོར་བ་ལས་མི་གྲོལ་བ་དང་། འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་བ་ལྷ་བ་དེ་  
 དགོས་པར་བསྟན་ལ། ཉན་རང་དགྲ་བཙེམ་པ་འཁོར་བ་ལས་མི་གྲོལ་བ་ནི།  
 མཁས་པ་སུ་ཡང་མི་འདོད། ཅེས་བ་དང་། བྱད་པར་དུ་ལུགས་འདི་ལ་བདེན་  
 འཛིན་ཤེས་སྒྲིབ་དུ་འཛོག་པའི་ལུགས་ཀྱི། ཤེས་སྒྲིབ་ཆུང་འབྲིང་ཆེན་པོ་དགུར་

བྱས་ནས། ས་གཉིས་པ་སོགས་བསྐྱེལ་ལམ་དགུས་སྤོང་བའི་རྣམ་གཞག་ཁས་མི་  
ལེན་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པ་རྣམས་ཐལ་འགྱུར་བའི་ལུགས་ཡིན་ན། དེ་ལྷ་ན་  
མངོན་རྟོགས་རྒྱན་ཀྱང་ཐལ་འགྱུར་བའི་ལུགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདིར་མངོན་  
རྟོགས་རྒྱན་དངས་པའི་སྤྱིབ་པའི་འཛོག་ཚུལ་འདི་དག་དང་འགལ་ལོ། ཞེས་  
པའི་ཚུན་པ་སྤངས་པའོ། །ཤེས་ལྷན་དག་འདི་ཙམ་རེ་གོ་ན་ཡང་། འཇུག་པའི་  
རྣམ་བཤད་ཀྱིས་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་ཐལ་འགྱུར་བར་བཀལ་བའི་ཚུལ་གོ་བར་རུས་  
བས། མྱོངས་པའི་མལ་ན་བག་མེད་པའི་གཉིད་མ་ལོག་པར་བརྩོན་པ་བསྐྱེད་  
ཅིག།

དེ་ནི་རྒྱ་མཐིག་གསུང་བསྐྱིད་བས་གོང་དུ་དངས་པ་དེ་དག་བཤད་པར་བྱ་  
སྟེ། རྟོགས་པ་སྤངས་པའི་དོན་ནི་བཤད་ཟིན་པ་དེས་གོ་བར་རུས་ལ། ལན་ལ་  
གཉིས། བསྐྱེལ་ཏེ་བསྐྱེན་པ་དང་། ཚིག་དོན་མདོ་ཙམ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་  
ནི། རང་རྒྱལ་འཕགས་པས་བརྒྱུད་བ་བདེན་འཛིན་སྤོང་རུས་ལ། འཛིན་པ་བདེན་  
ཞེན་སྤོང་མི་རུས་པ། རྒྱན་གྱིས་རང་ལུགས་མ་ཡིན་ཏེ། ཕྱི་དོན་ཚད་མས་གྲུབ་མ་  
གྲུབ་གང་ཡིན་ཀྱང་དེ་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཕྱི་དོན་གྲུབ་ན་དེ་བདེན་མེད་དུ་  
རྟོགས་ན་སྤོང་ཁ་སྤྱོད་པའི་ཚེ་ཤེས་པ་ཡང་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་དང་།  
ཕྱི་དོན་མ་གྲུབ་ན་འཛིན་པ་བདེན་འཛིན་མི་སྤོང་བའི་དོན་ཤེས་པ་བདེན་གྲུབ་ཁས་  
ལེན་པ་ལ་ཐུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་འདི་ནི་རེ་ཞིག་རྣལ་འབྱོར་སྤྱོད་པའི་དབུ་  
མའི་ལུགས་རྩ་བར་བཤད་ཅིང་། དེ་དང་མཐུན་པར་འཕགས་སེང་གི་བཀལ་བ་

ཡིན་ལ། དེའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་། ལུགས་དེ་ཙམ་གྱི་འདུལ་བར་བྱ་བའི་གང་ཟག་གི་དབང་དུ་བྱས་པ་སྟེ། སྤར་ཡང་བཟོད་ཟིན་རྟོ།།

གཉིས་པ་ལ་བཞི། ལན་དངོས་བཤད་པ། རང་རྒྱལ་གྱི་ཐེག་པ་འབྲིང་དུ་བཤད་པ། རང་རྒྱལ་འཕགས་པ་ལ་བདེན་མེད་རྟོགས་ཀྱང་ཐེག་ཆེན་དང་བྱུང་བར་ཡོད་པ་བསྟན་པ། ཐུན་གྱི་རང་ལུགས་དབྱེ་མར་བཤད་དགོས་པའོ། །དང་པོ་ནི། དེ་ལ་བཟུང་བ་ཕྱི་རོལ་ལ་ཞེན་པ་སྤོང་བའི་དོན་ནི། ཞེས་སོགས་ཏེ། ཐལ་འགྱུར་བ་ལ་བྱ་དགོས་ཏེ། ལེགས་ལྡན་གྱིས་ཕྱི་དོན་ཆད་བྱུབ་བཞིན་ཀྱང་། ཕྱི་དོན་བདེན་གྱུབ་རིགས་པས་མི་ཁེགས་ཏེ། ཕྱི་དོན་རང་བཞིན་གྱིས་གྱུབ་པ་མི་ཁེགས་པའི་ཕྱིར་དང་། དེའི་ལྷ་བ་ཙམ་གྱིས་བདེན་ཞེན་སྤོང་མི་རུས་པའི་ཕྱིར། བརྟག་པ་དང་པོའི་གསུང་ལྷག་མ་རྣམས་གོ་སྤྲོད། གཉིས་པ་ལྟར་འདོད་པ་ནི། སློབ་དཔོན་སང་གོ་བཟང་པོ་ལ་སོགས་པའི་འབྲེལ་པའི་ལུགས་ཡིན་པས། ཞེས་སོགས་ཏེ། འདིར་སློབ་དཔོན་སང་གོ་བཟང་པོས་ཕྱི་དོན་མེད་པར་ཆད་མས་གྱུབ་པར་འདོད་པས། ཞེས་གསུངས་པས། རྩེ་སྒྲ་མའི་རྩེས་འབྲང་དུ་རྩྭ་མས་པ་རྒྱན་པོ་ཁ་ཅིག་ ཐུན་གྱི་ལུགས་ཐལ་འགྱུར་དུ་འབྱེལ་ཞེས་གསུངས་པ་ལ་ཉ་ཅང་ཐལ་ནས། འཕགས་སང་གཉིས་ཀྱིས་ཀྱང་ཐལ་འགྱུར་དུ་བཀལ་བས། དེ་གཉིས་ཀྱང་ཐལ་འགྱུར་བར་བཞིན་དོ། །ཞེས་སློབ་དཔོན་ཕྱིན་པར་བཀག་སྟེ། ཀ་ཡེ་ཅོད་པན་དང་འདོམ་དགྱིས་མ་ནོར་བར་གྱིས་ཤིག་ །འཛིན་པ་བདེན་ཞེན་མི་སྤོང་བའི་རྒྱ་མཚན་ཤེས་པ་བདེན་གྱུབ་ཏུ་ཁས་ལེན་པ་ལ་བྱེད་ལ། ཤེས་པ་བདེན་



གྲུབ་ཏུ་ཁས་ལེན་བ་པོ་ནི། རང་རྒྱལ་གྱི་གྲུབ་མཐའ་འདོད་པའི་སོ་སྤྱེ་ཡིན་ལ། དེ་དང་སེམས་ཅམ་བ་མཐུན་ནོ་ཞེས་བཞེད་བའོ།

འོ་ན་རྒྱན་ཙམ་དང་། འཕགས་སེང་གཉིས་ཀྱང་རྒྱ་མཚན་དེ་ཁས་ལེན་དགོས་ཞེ་ན། དམ་བཅའ་ཐུན་མོང་དུ་ཁས་སྤངས་པས། སྤྱུབ་བྱེད་ཐུན་མོང་དུ་འདོད་པར་མ་ངེས་ལ། འདིའི་རྒྱ་མཚན་འཕགས་པས་གསལ་བར་མ་མཛད་ཅིང་། རྒྱན་སྤང་དུ་བསམ་བ་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། རང་གི་མཚན་ཉིད་དངོས་པོ་ཡོད་ན། དེ་འཛིན་པར་བྱེད་བ་རྣམ་པར་རྟོག་བ་མེད་པའི་ཤེས་པ་རང་གི་མཚན་ཉིད་སྤྱེ་ཞིང་དེ་མེད་པར་མ་ཡིན་པ། ཞེས་བྱ་བ་གང་ཡིན་བ་འདི་ནི་དངོས་པོའི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་ན། ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ཅན་གྱི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་འཛིན་པར་བྱེད་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་བ་ནི། ཤེས་པ་འགག་བཞིན་པས་འཕངས་པའི་རང་གི་རྒྱད་གྱི་བག་ཆགས་སད་བ་ལས་སྤྱེས་པའི་སྤྱིར། འཛིན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་བ་ལ་ནི། གཟུང་བའི་རྣམ་པར་རྟོག་བ་ཡོད་བ་ཁོ་ན་ལས་སྤྱེ་བ་ཡིན་ནོ། ཞེས་བྱ་བའི་ངེས་པ་ཡོད་བ་མ་ཡིན་ནོ། ཞེས་དང་། འཛིན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་རྣམ་པས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ལྷག་མ་སྟེ། རྣམ་རྟོག་དངོས་མི་སྤང་སྤྱིར་དང་། ཉེ་བར་བསྐྱད་པའི་བསྐྱུ་བའི་སྤྱིར། ཞེས་བསམས་པའོ། རྒྱལ་འདི་ནི་འཛིན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་བ་མ་སྤངས་སུ་ཟིན་ཀྱང་། རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ལམ་གྱི་ངོ་བོ་ཡིན་པར་བཤད་དོ། ཞེས་སོ། །ལུང་སྤྱི་མཐི་དོན། ལྷོ་གསེར་གྱི་རི་རི་ཅམ་འཆད་བ་ལེགས་པར་མ་མཐོང་བས་མ་བཞོད་ལ། དོན་ནི་རང་རྒྱལ་གྱི་གཟུང་བ་བདེན་མེད་རྟོགས་

ལ། རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་ཅིང་། དེ་ལྷ་ན་ཡང་འཛིན་པ་ལ་བདེན་ཞེན་སྒོར་  
མི་རུས་ཏེ། དེ་ནི་རང་གི་བག་ཆགས་ལས་སྐྱེ་བའི་སྤྱིར་ཏེ། འཛིན་པ་བདེན་མེད་  
གོམས་པར་མི་བྱེད་པའི་སྤྱིར་ཅེས་པར་མཛོན་ལ། ལུང་བྱི་མའི་དོན་དབྱུང་པར་  
བྱའོ། །སློབ་དཔོན་སེང་གེ་བཟང་པོའི་ཨེས་འབྲང་ཆོས་བཤེས་ནི། གཟུགས་ལུང་  
དང་། ལུང་པོ་བྱི་མ་བཞི་ལ་རྒྱན་བརྟན་མི་བརྟན་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་སོ། །  
ཞེས་སྒྲུས་སོ།

བོད་འདིར་པར་རྟེན་སྤྱི་གངས་ཙམ་སྤང་བ་བྱེད་པ་པོ་རྣམས་ནི་སྐབས་  
འདི་དག་ན་ཅི་ཡང་མི་སྒྲུབ་པའི་བརྟུལ་ཞུགས་མཛད་པའོ། །ཆོས་བཤེས་གྱི་ལུགས་  
དེ་ནི་ཡིན་ཏུ་མི་འཐད་དེ། འདིར་བཟུང་བ་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་པ་ནི་བཤད་མ་  
ཐག་པ་ལྟར་བཟུང་འཛིན་ཨེས་ཐ་དད་གྱི་སྒོར་པ་རྟོགས་པ་ཡིན་གྱི། གཟུགས་ལུང་  
བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་པ་ལ་མི་བྱེད་ལ། གཟུགས་ལུང་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་ནས་  
ཤེས་པ་བདེན་པར་ཡོད་མེད་དབྱུང་པ་ན་ཤེས་པ་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་རུས་པ་ནི།  
འཕགས་སེང་གཉིས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་འང་བཞེད་པའི་སྤྱིར་ཏེ། གང་གི་དངོས་གཅིག་  
དེ་བཞིན་ཉིད་མཐོང་བ། ཞེས་སོགས་གཉིས་ཀས་འདྲེན་ཅིང་། དོན་ཡང་དེ་ཉིད་  
དུ་འཛོག་པའི་སྤྱིར་རོ། །གཟུགས་ལུང་དང་ལུང་པོ་བྱི་མ་བཞི་ལ་རྒྱན་བརྟན་མི་  
བརྟན་ཡང་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བཞག་པར་དཀའ་སྟེ། སྤྱིད་ཅེ་བའི་སེམས་རྒྱན་  
གཅིག་ལ་བསྐྱལ་ཆེན་བརྒྱད་ཅུའི་ཡུན་འོང་བ་སོགས་དུ་མ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ཏེ།  
འཛིན་པ་བདེན་སྤྱིར་རང་རྒྱལ་དང་། སེམས་ཙམ་པ་གྲུབ་མཐའ་མཚུངས་པ་

མཆར་ཞེས་སྤྲོ་བ་པོ་ནི། རིག་རལ་སོགས་བོད་སྤྲེལ་རྣམས་ཡིན་ལ། གསལ་  
བྱེད་པའི་བཞད་གད་ནི། རྣམ་ངེས་ཀྱི་འགྲེལ་པ་འཐད་ལྡན་དུ་རི་བོང་རྩ་མེད་པར་  
སྤྲོ་བ་ལ། གསལ་བྱེད་ཀྱི་བཞད་གད་དུ་བྱས་པ། རི་བོང་དང་རྩ་དག་ཡོད་པར་  
མཐོང་བའི་རྒྱུ་ལྟེན། སངས་རྒྱུས་པ་རི་བོང་རྩ་མེད་པར་སྤྲོ་བ་ལ། བཞད་གད་  
བྱེད་པ་དེ་ནི་མི་ཤེས་པར་སྟོན་པས། བདག་ཉིད་ཅན་ལ་བཞད་གད་བྱེད་པ་ཡིན་  
ནོ། །ཞེས་འབྱུང་བ་དེ་ཡིན་པ་འདྲའོ། །མ་ལག་པ་ལྷག་མ་དག་གོ་སྤྲོ།

གཉིས་པ་ནི། འདིར་རང་རྒྱལ་གྱི་ལམ་ཐེག་པ་འབྲིང་དུ་སྟོན་པ་ལ།  
ཞེས་སོགས་ཏེ། དེར་མ་ངེས་སོ་ཞེས་པ་ནི། རྣམ་འབྱོར་སྦྱོང་བའི་དབུ་མ་པ་ཉིད་  
ལ་ཡང་། རྣམ་འབྱོར་པ་གསུམ་གྱི་ལྷ་བ་གསུམ་ཡོད་པ་བཞིན་ཏེ། གཞན་རྣམས་  
ཀྱང་གོ་བར་ཟད་དོ།

གསུམ་པ་ནི། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་བ་གསུམ་ཀ་ལ། ཞེས་སོགས་ཏེ།  
མུར་བའི་གཏིང་དཔགས་མི་དཔགས་ནི་རྟོགས་པ་མུར་བུལ་ཡིན་ལ། ལྷག་མ་  
ཡང་གོ་བར་ཟད་དོ།

བཞི་པ་ནི། འཛིན་པ་ཤེས་པ་ལ་བདེན་ཞེན་སྤོང་མི་རྣམས་པ་དམན་ཁྱད་དུ་  
བསྟན་པའི་ཕྱིར། དེ་ལ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཤེས་པ་བདེན་ཞེན་སྤོང་རྣམས་ཀྱི་ལམ།  
རྒྱན་འདིར་མང་དུ་གཙོ་བོར་སྟོན་པ་ན། མཛོན་རྟོགས་རྒྱན་ལས་ཤེས་དགོས་  
སོ། །གཞན་འབྲུག་པའི་རྣམ་ལག་ལས། དེ་ལྟར་བྱས་ན་རང་རྒྱལ་ལ་དེ་ཁོ་ན་  
ཉིད་ཀྱི་དོན་རྟོགས་པ་ཅིག་ཀྱང་ཡོད་པས། རང་རྒྱལ་ལ་ཤེས་པ་བདེན་ཞེན་སྤོང་

མི་རྒྱལ་བས་མ་ཁྱབ་པོ། ཉན་ཐོས་ལ་ཡང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པ་དང་མ་རྟོགས་  
པ་གཉིས་སུ་དབྱེ་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། མངོན་རྟོགས་རྒྱན་དུ་ཡང་། ཐེག་དམན་  
ལ་ཚུལ་གཉིས་གསུངས་པས་གཞུང་འཛིན་རྒྱལ་ཐ་དད་དུ་བདེན་པར་འཛིན་པ་ལ་  
ཤེས་སྒྲིབ་ཏུ་འཛོག་མི་འཛོག་གཉིས་ངས་པར་བྱ་དགོས་སོ། ཞེས་གསུངས་པའི་  
ཕྱིར་ཅུ་བའི་དགོངས་པ་ལ་ཉན་རང་ལ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པ་དང་།

འཕགས་སེང་གཉིས་ཉན་རང་ལ་བདེན་སྟོང་རྟོགས་པའི་འཛོག་ཚུལ་མི་  
འདྲ་སྟེ། རྒྱན་ཅུ་བའི་ལུགས་ལ། རྟོགས་ཚུལ་ནི་ཉན་རང་འཕགས་པ་ཡིན་ན་  
བདེན་སྟོང་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པས་ཁྱབ་ལ། རྟོགས་མ་རྟོགས་གཉིས་འབྲེད་པ་  
ནི། ཉན་རང་སོ་སྒྲིབ་འདུ་བྱས་པ་སྟེ། རྒྱུད་ལྷན་པའི་འགྲེལ་པར། དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པའི་སྟོང་པོ་ལྷ་བ་ལ་མིག་དང་མི་ལྷན་པའི་གང་ཟག་བཞི་སྟེ། ཞེས་  
སོགས་དང་འདྲ་སྟེ། དེའི་དོན་ནི། རྒྱལ་ཚབ་དམ་པའི་བཤད་པ་ལས་ཤེས་པར་  
བྱའོ། འཕགས་སེང་གཉིས་ཀྱི་ལུགས་ལ་ནི། རྣམ་བཤད་དུ་ཉི་ལྔ་དགེ་ལུང་  
དངས་པ་དང་། འཕགས་པའི་གང་ཟག་ཐམས་ཅད་འདུས་མ་བྱས་ཀྱིས་རབ་ཏུ་  
བྱེ་བ་གསུངས་པའི་དོན། ཉན་རང་འཕགས་པ་ལ་ཆོས་ཉིད་རྟོགས་པ་ཡོད་པའི་  
དོན་དུ་མཛད་ཀྱང་། དེ་གཉིས་ཀྱི་ལུགས་ལ་འབྲས་ལྷན་ལ་རིང་བའི་གཞི་ཤེས་  
སྒྲི་དང་ཐད་དུ་ཁས་ལེན་ལ། གཞི་ཤེས་འཕགས་པའི་རྟོག་པར་ཡང་འཛོག་  
པས། ཉན་ཐོས་འཕགས་པ་ལ་ངས་བཟུང་དུ་ཆོས་ཉིད་རྟོགས་པས་ཁྱབ་པར་མི་  
འདོད་དོ། ཐེག་དམན་ལ་ཚུལ་གཉིས་གསུངས། ཞེས་པ་ནི། འཛིན་པ་བདེན་

ཞེན་སྤོང་རྒྱས་མི་རྒྱས་ཀྱི་ཚུལ་གཉིས་གསུངས་པའི་དོན་ཡིན་ལ། གཟུང་འཛིན་  
 རྣམས་ཐ་དད་དུ་བདེན་པར་འཛིན་པ་ནི། བདེན་འཛིན་ཐ་དད་དུ་འཛིན་པ་ཙམ་ལ་མི་  
 བྱ་སྟེ། དེ་དང་ཐེག་དམན་ལ་ཚུལ་གཉིས་གསུངས་པ་གཉིས་མ་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་  
 རོ། །དེས་ན་བདེན་འཛིན་ལ་ཤེས་སྒྲིབ་དང་། ཉོན་སྒྲིབ་གཉིས་ངེས་པར་སྟེ་ངེས་  
 གཟུང་དུ་བྱ་དགོས་སོ། །དེའི་དོན་ཡང་། མངོན་རྟོགས་རྒྱན་ནས་བདེན་འཛིན་  
 ཤེས་སྒྲིབ་ཡིན་པའི་ལུགས་ཀྱང་གསུངས། བདེན་འཛིན་ཉོན་སྒྲིབ་ཡིན་པའི་  
 རྟོགས་ཀྱང་གསུངས་པའོ། །དེའི་སྐུ་མ་ནི་མང་ཞིང་གྲགས་ཆེ་ལ། ཕྱི་མ་ནི་དེ་མ་  
 ཐུག་ཏུ་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །འདི་དང་། དེས་ན་རྒྱན་གྱི་འབྲེལ་མཛད་དེ་དག་  
 གི་ལུགས་ལ་ཚུལ་གཉིས་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་བཅིང་གཅིག་ཏུ་འབྲུལ་བར་མི་  
 བྱ་སྟེ། དེ་ནི་ཉན་རང་འཕགས་པ་ལ་བདེན་མེད་རྟོགས་པ་ཡོད་མེད་གསུངས་  
 པའི་སྐབས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདི་གཉིས་གཅིག་ཏུ་འདོད་པའི་སྤོངས་པ་དེ་དག་  
 ནི། ཞུ་དཔེ་ལྷ་མ་ལ་འགེབས་པའོ།

ཡང་རྣམས་བཤད་ལས། དེ་ཕྱིར་ལུགས་འདི་དང་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་  
 གཉིས་འགལ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བཅིང་འཕྲག་པའི་ལུགས་དང་། མངོན་རྟོགས་  
 རྒྱན་གྱི་ལུགས་གཉིས། ཐུག་འགྱུར་བའི་ལུགས་གཅིག་པར་སྟོན་པ་སྟེ་གོ་  
 སྟའོ། །འདིར་ཡང་རྒྱན་གྱིས་འབྲེལ་མཛད་རྣམས་ཀྱི་ལུགས་དང་འགལ་བ་མ་  
 ཡིན་ནོ། །ཞེས་མ་གསུངས་པར། ངེས་བཟུང་དུ་གསུངས་པས། དེའི་ཕྱིར་སྟོ་  
 ཞིབ་པར་བྱ་སྟེ། རང་གི་ངེས་པར་བྱ་ཞིང་། གཞན་ལ་ཡང་སྟོ་བར་བྱའི། རང་གི་

སྒྲིའི་བྲི་མ་ཆེན་པོ་དག་ལ་འགོད་པར་མི་བྱའོ། །གཞན་ཡང་། ལམ་རིམ་གཉིས་  
ཀར། གདམས་ངག་འདི་རྗེ་བཙུན་བྱམས་པས་མཛད་པའི་མདོན་པར་རྟོགས་པའི་  
རྒྱལ་གྱི་གདམས་པ་ཡིན་ལ། ཞེས་གསུངས་ལ། དེའི་སྒྲིལ་བུ་ཆེན་པོའི་ལམ་  
འཆད་པ་ན། སངས་རྒྱུས་བསྐྱེད་པ་དང་། སྒྲིབ་གྲགས་པ་དང་། དཔལ་ཨ་ཏི་  
ཤའི་ལུགས་གསུམ་མཐུན་པར་མཛད་ནས། ཐལ་འགྱུར་པའི་ལྷ་བ་གཏན་ལ་པལ་  
བས་གྱང་། རྒྱལ་གྱི་རྩ་བའི་དགོངས་པ་སངས་རྒྱུས་བསྐྱེད་པ་སོགས་དང་མཐུན་  
པར་བཞེད་པར་གསལ་ལོ།

ཡང་བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་ཆེ་བ་འཆད་པ་  
ན། བྱང་སེམས་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་གྱི་བཞེད་དོན་སྒྲུབ་པའི་དོན་ནི། རིགས་ཅན་  
གསུམ་གྱི་དོན་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་དེ་དག་གིས་ལམ་ལ་བསྐྱབ་དགོས་པར་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་འབྱེལ་སོགས་མདོ་བསྟན་བཅོས་བཞི་བྱངས་ནས་བསྐྱབ་པར་  
མཛད་དོ། །དེ་ལྟར་ན་རྒྱལ་འདིར་ཡང་རིགས་ཅན་གསུམ་ཀའི་ལམ་བསྟན་པར་  
ཤེས་ལ། དེའི་ཆེ་རིགས་ཅན་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རིགས་ཅན་  
དབང་པོ་རྣམས་བདེ་སྒྲག་དུ་རྟོགས་པར་བྱ་བ། འཁོར་བའི་རྩ་བ་མ་ལུས་པར་  
གཙོད་པའི་ལམ་དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུབ་པ་རྒྱལ་ཅམ་ཡང་མེད་པའི་ལྷ་བ་  
ཁྱད་པར་ཅན་མ་བསྟན་ན། རྒྱལ་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གདུལ་བྱ་བྱང་སེམས་ཀྱིས་  
ལམ་དེ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ངེས་ནས་གཞན་ལ་བསྟན་དུ་མེད་པར་འགྱུར་བས། བྱང་  
སེམས་དབང་རྣམས་གྱི་བཞེད་དོན་སྒྲུབ་མི་རུས་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་

རིགས་པ་ཡང་དག་སྟེ། འཕྲུག་པའི་རྣམ་པའདྲ་ལས་ཀྱང་། མངོན་རྟོགས་རྒྱན་དུ་  
 ཉན་རང་གི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་སྟོན་པ་ནི། ཉན་རང་གི་རིགས་ཅན་རྗེས་སུ་  
 བཟུང་བའི་ཕྱིར་དུ་ཡིན་པས། རྗེས་སུ་བཟུང་རྒྱུའི་ཐོག་དམན་ལ་ཡང་ཟབ་མོའི་  
 སྟོན་དུ་གྱུར་མ་གྱུར་གཉིས་ཡོད་ཅིང་དེ་གཉིས་ལ་ཡང་། ཕྱི་མ་ཆེས་མང་བས་  
 སལ་ཆེར་དེའི་ལམ་མང་དུ་གསུངས་སོ། །ཐོག་ཆེན་ལ་ཐོག་མར་སེམས་ཅན་ལ་  
 མ་བྲིད་པར་དབུ་མའི་ལྷ་བ་མི་རྣེད་པ་སྤང་བ་བཞིན་དུ། རང་རྒྱལ་ལ་ཡང་ཡོད་  
 པ་དེ་ནི། ཉན་ཐོས་ལ་ཡང་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་གསུངས་སོ། །

དེ་དག་ནི་རྗེ་བཙུན་སྤྲེའུ་མའི་ལུགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་དག་ལ། མདོ་  
 ཅན་བསྟན་ནས། ད་ནི་ལུགས་གཞན་འཛིན་པ་དག་དང་ཐུན་མོང་དུ་གོ་བར་བྱ་  
 བའི་ཕྱིར། མངོན་རྟོགས་རྒྱན་ཉིད་ནས་ཐལ་འགྱུར་བའི་ལྷ་བསྟོན་བསྟན་ཚུལ་  
 བཛོད་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལ་གཉིས། སྐབས་དང་པོ་ནས་རྗེ་ལྷར་གསུངས་པ་དང་།  
 གསུམ་པ་དང་བཞི་པ་ནས་རྗེ་ལྷར་གསུངས་པའོ། །དང་པོ་ནི། ས་བདུན་པའི་  
 ཡོངས་སྤྱོདས་སུ། ས་གཞན་ལས་མི་གསུངས་པའི་སྤང་གཉེན་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་  
 གཞན་གསུངས་པ་ནི། ལུགས་རྣམ་པར་དག་པ་འདི་བསྟན་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་  
 ཏེ། དེ་ལ་སྤང་བྱ་ཉི་ཤུ་འཆད་པ་ན། བདག་དང་སེམས་ཅན་འཛིན་པ་དང་།  
 ཞེས་གསུངས་ལ། དེའི་གཉེན་པོ་འཆད་པ་ན། རྣམ་ཐར་སྟོ་གསུམ་ཤེས་པ་དང་།  
 ཞེས་གསུངས་སོ། །འདི་ལ་གཞན་གྱི་ལམ་དང་པོ་འགོད་པ་དང་། རང་གི་ལུགས་  
 ལམ་དང་བ་གཉིས་ཀྱི་རིག་པར་བྱའོ། །

དང་པོ་ནི། ལེགས་པའད་གསེར་སྒྲིང་དུ། རྣམ་ཐར་གྱི་སྒོ་དང་པོ་ཤེས་  
 པ་ལ། མདོར། ཚེས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་གི་མཚན་ཉིད་སྒྲོང་བ་ཉིད་ཉེ་བར་བརྒྱང་  
 བ་སྒྲོགས་པ། ཞེས་པས་འདིའི་སྤང་བའི་བདག་འཛིན་གྱི་ཡུལ་དེ། གང་ཟག་  
 གི་བདག་འབའ་ཞིག་ལ་མི་བྱ་བར། སྤྱིར་ངོ་བོ་བདེན་པར་བྱུང་ཙམ་ལ་བྱའོ། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་འདིའི་བདག་འཛིན་རང་རྒྱ་བྱུང་བའི་རྣམ་ཡོད་དུ་འཛིན་པ་འབའ་  
 ཞིག་ལ་བྱར་མི་རུང་བར་གསུངས་སོ། །འདིའི་གཉེན་པོས་སྤང་བའི་གཙོ་བོ་  
 བདེན་འཛིན་སྒོང་བའི་ས་བདུན་པའི་གང་ཟག་བདེན་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་  
 པའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་དེ་དང་འཛིན་སྤངས་འགལ་བའི་དངོས་ཀྱི་སྤང་བུ་ནི།  
 བདག་སྟེ། གང་ཟག་བདེན་པར་འཛིན་པའི་གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་ནོ། །འདི་  
 ནི་སེམས་ཅན་འཛིན་པ་དང་། ཞེས་པའི་ལྷན་དངས་པས། གང་ཟག་གི་བདག་  
 འཛིན་དུ་བྱུང་སྟེ། སྒོ་བ་དཔོན་ཚོས་ཀྱི་གྲགས་པས་ཀྱང་རྣམ་འགྲེལ་དུ། འཛིག་  
 ལྷ་ལྷན་སྟེས་འཆད་པ་ན། སེམས་ཅན་ལ་ལྷ་ལྷན་ཅིག་སྟེས། ཞེས་གསུངས་པ་  
 ལྷར་ངོ། །དེ་ལྷར་ན། གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་ལྷན་སྟེས་འདི་འཁོར་བའི་རྩ་  
 བར་བྱུང་མཐའ་སྟེ་བ་བཞི་ཀས་འདོད་ལ། འཁོར་བའི་རྩ་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་ཉོན་  
 མོངས་པའི་སྤྱིབ་པའོ། ཞེས་ཤེས་པར་རྒྱས་སོ། །འདི་དང་། གཞན་ཡང་།  
 རྟོག་པ་ཀུན་ཏུ་འཛེམས་པ་དང་། འདུཤེས་ལྷ་དང་ཉོན་མོངས་སྒོང་། ཞེས་  
 གསུངས་པ་དང་།

གཉིས་པ་ནི། ཉི་ཤུ་གང་ལ་རྣམ་ཆད་པ། །དེ་ཡིས་ས་ནི་བདུན་པ་



འཛོམ། ཞེས་གསུངས་པས་ལེགས་པར་བསྟན་ནོ། གཤམ་ཏེ་འདིར་བཤད་པ་ས་  
 བདུན་པ་རང་གི་དོ་སྤྲུལ་གྱི་སྤྱི་བ་པ་ཙམ་མོ། ཞེས་ཀྱང་བྱ་བར་རྟུས་པ་མ་ཡིན་  
 ཏེ། བདག་འཛིན་སོགས་ནི་སྤྱི་སྤྱོད་བྱུག་ལ་བཤད་པར་མི་རྟུས་པའི་སྤྱིར་དང་།  
 འདིར་བཤད་པར་མ་འདུས་པའི་བདེན་འཛིན་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། གཞན་ཡང་ས་  
 བརྒྱད་པའི་ཡོངས་སྤོངས་སུ། སྤྱོད་མ་ལྟར་གནས་དང་། ཞེས་གསུངས་པ་ནི།  
 བདེན་འཛིན་ས་བོན་དང་བཅས་པ་མ་ལུས་པར་སྤངས་པའི་དབང་གི་ཤེས་ཐོབ་རྒྱ་  
 ཡང་། བདེན་པར་སྤང་བ་ཙམ་ལས་མེད་པའི་དོན་ཏེ། བདེན་པར་སྤང་ཡང་  
 བདེན་མེད་གྱི་ཕྱིས་ཟིན་པ་ནི། ལྷ་བ་རྣམ་དག་གོ་བའི་ལམ་མ་ཞུགས་པ་དང་།  
 ཚོགས་སྦྱོར་དང་། ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པའི་ས་དང་པོ་ནས། ཤེས་ཐོབ་རྒྱ་ཡང་  
 དེ་འབྲུག་པའི་སྤྱོད་མ་ལྟར་མ་གཏོགས་པ་ཤས་ཚུང་བས། དེའི་སྤྱིར་ས་བརྒྱད་པ་  
 ཡན་གྱི་སྤྱོད་མ་ལྟར་གནས་ལུགས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཤེས་དགོས་སོ།

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། སྐབས་གསུམ་པ་ནས་ཇི་ལྟར་གསུངས་པ་དང་།  
 སྐབས་བཞི་པ་ནས་ཇི་ལྟར་གསུངས་པའོ། །དང་པོ་ནི། ཤེས་པས་སྤྱིད་ལ་མི་  
 གནས་ཤིང་། ཞེས་ལུས་རྣམ་གཞག་ནས་བཤད་པའི་ཤེས་པས་སྤྱིད་ལ་མི་གནས་  
 པའི་ཡེ་ཤེས་འཕགས་སང་གཉིས་གྱིས་ཤེས་རབ་གྱི་འཁོར་བའི་སྦྱོན་མཐོང་བ་ལ་  
 གསུངས་ཀྱང་དེ་ནི་གྲུབ་མཐའི་དབང་ཡིན་ནོ། །འདིར་ནི། ཚུར་རོལ་པ་རོལ་  
 མཐའ་ལ་མིན། ཞེས་སོགས་གྱི་བསྟན་པའི་ཐེག་ཆེན་སེམས་སྤྱེད་གྱིས་ཟིན་པའི་  
 དུས་གསུམ་བདེན་མེད་དུ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་བྱང་འཕགས་གྱི་ཡེ་ཤེས་དེ་

ཤེར་སྤྱོན་མཚན་ཉིད་པ་ཡིན་ལ། དེའི་ཚུལ་འདུག་པའི་ནམ་མཁའ་ཀྱི་སེམས་  
བསྐྱེད་ལྷ་བར་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །ཡེ་ཤེས་དེ་འབྲས་ཡུམ་དུ་ཉི་བ་དང་། མི་  
རྟག་སོགས་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས། ཐབས་ཤེས་བྱུང་བར་ཅན་  
གཉིས་པོ་དེ་དང་བྲལ་བ་ནི། འབྲས་ཡུམ་ལ་རིང་བར་བསྐྱན་ནས། ལྷ་བ་མཁའ་  
པའི་བྱང་འཕགས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་དེ་སྤིད་པའི་མཐའ་འགོག་བྱེད་དུ་བསྐྱན་པ་  
ནི། སྤྱོན་ལ་སོགས་ལ་ངར་འཛིན་མེད། །གཞན་དག་དེ་ལ་སྦྱོར་བྱེད་པ། །དེ་ནི་  
ཆགས་པའི་མཐའ་འགོག་པ། །རྒྱལ་ལ་སོགས་ལ་ཆགས་པ་སྟ། ཞེས་པ་  
སྟོ། སྤྱོན་པ་པོ་དང་། ལ་སོགས་པས། ལེན་པ་པོ་དང་། སྤྱོན་པ་ལ་ངར་འཛིན་  
པ་དང་། ང་ཡིར་འཛིན་པ་མེད་པར་མངོན་སུམ་དུ་རང་གིས་རྟོགས་ཤིང་།  
གཞན་དག་དེ་ལ་སྦྱོར་བར་བྱེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ནི། ཆགས་པའི་མཐའ་དང་། སྤིད་  
པའི་མཐའ་དང་། འཁོར་བའི་མཐའ་འགོག་པར་བྱེད་པའི་ལམ་ཡིན་ནོ། སྤྱོན་པ་  
པོ་དང་། ལེན་པ་པོ་ལ་ངར་འཛིན་པ་ནི། གང་ཟག་གི་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་དང་།  
སྤྱོན་པ་ལ་ང་ཡིར་འཛིན་པ་ནི། ཆོས་ཀྱི་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་སྟོ། དེ་དང་རྒྱལ་བ་  
སོགས་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་འཛིན་པ་ཡང་། ཆགས་པ་སྟ་མོ་སྟོ། བདེན་  
འཛིན་སྟ་མོ་ཡིན་ནོ། །གང་ལས་སྦྱོས་ནས་ཞེ་ན། གང་ཟག་རང་རྒྱ་ཐུབ་པའི་རྩ་  
ཡོད་དུ་འཛིན་པ་ལ་སྦྱོས་ནས་སོ།

འདི་འདི་ལྷ་བ་མཁའ་དགོས་ཏེ། འདིའི་ཐད་ཀྱི་སྦྱོར་སྟག་ཉི་ལུ་ལྷ་བར་།  
བྱང་ཚུབ་སེམས་དབང་སེམས་དབང་ཆེན་པོ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྤྱོན་པ་ལ་

སྤྱོད་པའི་ཚེ། འདི་སྣམ་དུ་བདག་གིས་སྤྱིན་པ་ཞིག་སྤྱིན། འདི་ལ་སྤྱིན། སྤྱིན་པ་  
 འདི་ལྷ་བུ་སྤྱིན་ནོ། ཞེས། ཞེས་པ་ནས། བདག་གིས་ནི་རྣམ་མཁུན་ཐོབ་པར་  
 བྱའོ་སྣམ་དུ་སྤྱོམ་སེམས་མེད་པ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་སོ། སྤྱིན་པ་པོ་ལ་ངར་  
 འཛིན་པ་ཆགས་པ་སྤྱོད་པ་གསུངས་ཤིང་། ངར་འཛིན་ལྷན་སྤྱེས་དང་ཚོས་གྱི་  
 བདག་འཛིན་འགལ་བའི་ཕྱིར། ངར་འཛིན་ལྷན་སྤྱེས་དེ་གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་  
 དུ་བྱ་དགོས་པས། དེ་ལ་ཁོར་བའི་རྩ་བ་དང་ཉོན་སྤྱི་བ་ཏུ་ཡང་གོ་བར་རྒྱས་སོ། །  
 གང་ཟག་དང་ཚོས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་འཛིན་པ། ལ་ཁོར་བའི་རྩ་བར་བྱས་  
 ནས་བདེན་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས། དེའི་གཉེན་པོ་ཡིན་པའི་རྒྱ་  
 མཚན་གྱིས་སྤྱིད་མཐའ་འགོག་བྱེད་དུ་བྱ་དགོས་ཀྱི། གཞན་དུ་ན། རྣམ་བྱང་གི་  
 རྟོགས་ཐམས་ཅད་སྤྱིད་མཐའ་འགོག་བྱེད་གྱི་ལམ་དུ་ཏ་ཅང་ཐལ་ལོ། གང་ཟག་  
 རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པར་འཛིན་པ་ལ་ཁོར་བའི་རྩ་བར་མི་འདོད་པ་དང་། བདེན་  
 མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས། སྤྱིད་མཐའ་འགོག་བྱེད་དུ་འདོད་པ་ནི་  
 འགལ་བ་མོད་གྱི། འོན་ཀྱང་དེ་ནི་རྣལ་འབྱོར་སྤྱོད་པའི་དབུ་མ་པའི་གྲུབ་མཐའི་  
 དབང་གིས་སོ། །འདིའི་ཐད་གྱི་མདོ་འདི་དག །ལྷ་སྒྲོམ་ལ་ལྷོས་པའི་སྤང་  
 གཉེན། སྤྱོད་པ་ལ་ལྷོས་པའི་སྤང་གཉེན། ཞེས་སྤྱར་ནས། འཕགས་སེང་གི་  
 འབྲེལ་བ་གཉིས་དང་མཐུན་པར། འྲིཏ་སྤྱུ་མ་རྒྱས་པ་དག་ཏུ་འཆད་མོད། འདིར་  
 ནི་མངས་པར་འགྱུར་བས་མ་བྱིས་སོ། །

དེས་ན་འཕྲུག་པའི་རྣམ་པའདྲ་དུ། མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་ལུགས་ལ།

བདེན་འཛིན་ལ་ཤེས་སྒྲིབ་ཏུ་འཛོག་མི་འཛོག་གཉིས་ངེས་པར་བྱ་དགོས་སོ། །  
 ཞེས་གསུངས་པའི་བདེན་འཛིན་ཤེས་སྒྲིབ་མ་ཡིན་པའི་ཚུལ་ཇི་ལྟར་གསུངས་པ་  
 འདི་དང་། སྤར་བཤད་པ་ལ་བསྟེན་ནས། སྟོང་དང་ལྷན་པ་ཡོད་ན་ཅིའི་ཕྱིར་མི་  
 ཞེས། ཆགས་པ་སྤྲ་རགས་དེ་ལྟར་ཡིན་པ་ཡང་། ཐུན་སྤྱང་གི་ །གཟུགས་  
 སོགས་སྤང་སོ་སྟོང་ཉིད་དང་། ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྤྲ་འགྲེལ་དུ། སྟོང་པའོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ནི་ཐུ་སྟེགས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བདགས་པའི་བདག་དང་བྲལ་བའོ་སྟེ་སྤྱང་དུ་ཤེས་པ་  
 ནི་ཞེས་འོག་ཏུ་འཆད་པ་དང་སྤྱར་རོ། །ཞེས་གསུངས་ལ། སྒྲིན་ལ་སོགས་ལ་  
 ངར་འཛིན་མེད། ཅེས་སོགས་ཀྱི་སྤྲ་འགྲེལ་དུ། ཆགས་པ་ཤིན་ཏུ་རགས་པ་ཆོས་  
 ཉིད་དང་མི་འགལ་བར་སྟོན་བས་ལེགས་སོ་ལེགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་བྱིན་ཏེ།  
 ཆགས་པ་རབ་ཏུ་སྤྲ་བའི་དོན་དུ་གསུངས་པ་ནི། རབ་འབྱོར་དེའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་  
 ལ་སོགས་པའོ། །མཚན་མར་ཡིད་ལ་བྱེད་ན། ཞེས་བྱ་བ་ནི། གཟུགས་ལ་  
 སོགས་པ་དམིགས་ནས་མངོན་དུ་སྟོགས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བཤད་  
 དོ། །ཆགས་པ་སྤྲ་མོའི་གཉེན་སོ་ཡང་། ཆོས་ཀྱི་ལམ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས། །  
 དབེན་པའི་ཕྱིར་ན་དེ་ཟབ་ཉིད། ཅེས་པ་སྟེ། རང་བཞིན་གྱིས། ཞེས་དགག་བྱ་སྤྲ་  
 མོའི་ཆོག་གིས་བསྟན་ལ། ལམ་དེ་ཟབ་པ་དང་། རྟོགས་དཀའ་བ་དང་། བསམ་  
 གྱིས་མི་བྱུང་བར་བསྟན་ཏོ། །སྤྲ་མའི་བློ་ལས་གཞུང་འདི་དག་འདི་ལྟར་འཆད་  
 ཞེས་པ་ནི་རྒྱ་བོད་དུ་སྟོན་ཆད་བྱུང་རེ་ཀམ།

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། སྟོམ་ལམ་གྱི་ཚོད་ལན་གྱིས་ཇི་ལྟར་བསྟན་པ་

དང་། སྤྱི་ཞི་མཉམ་ཉིད་ཀྱིས་སྦྱོར་བས་ཇི་ལྟར་བསྟན་བཤོ། །དང་པོ་ནི།  
 གངས་མེད་ལ་སོགས་བསྟན་བ་རྣམས། ཞེས་སོགས་རྟེན་བ་བཞིས། ཐེག་ཆེན་  
 སྒྲོམ་ལམ་ལ་ཚུད་བ་ཡིན་ལ། ཕྱོགས་སྒྲོམ་པའི་བསམ་བ་ནི། མདོ་ལས་སྒྲོམ་ལམ་  
 གྱི་བསོད་ནམས་གངས་མེད་སོགས་གསུངས་བ་ན། བསོད་ནམས་དེ་དག་དང་  
 ལྟན་བའི་སྒྲོམ་ལམ་གྱི་ཇུས་ཀྱང་གངས་དེ་སྟེད་དུ་འགྱུར་བས་སྒྲོམ་ལམ་དགུའི་  
 གངས་ངེས་ཉམས་སོ་སྟམ་མོ། །ལན་ལ། ཉི་མུང་དུ་རྟེན་བ་དང་པོ་གཉིས་ཚུད་  
 བ་དང་། ཕྱི་མ་གཉིས་ལན་དུ་མཛད་དོ། །སྟོབ་དཔོན་གྱི་འགྲེལ་བ་གཉིས་སུ་  
 དོགས་བ་ཁོང་ནས་སྤང་ནས། བཞི་ཀ་ལན་དུ་མཛད་དེ། གཉིས་ཀའི་བཞེད་བ་  
 ནི། བསོད་ནམས་གྱི་གངས་དོན་དམ་དུ་མེད་ཀྱང་། མེད་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཀུན་  
 རྟོག་དུ་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཐུགས་བརྩེ་བའི་རྒྱ་མཐུན་འབྲས་བུ་གསུང་རང་ལས་  
 འབྱུང་བའི་གངས་ཇི་ལྟར་བསྟན་བ་དག་ཐུབ་བ་བཞེད་བའི་ཕྱིར། ཞེས་བཤོ།

འདིའི་དོན་དམ་དང་། ཀུན་རྟོག་གཉིས་བཤད་བ་དེ། སྒྲོམ་བ་བྲལ་མ་  
 བྲལ་དབུ་མ་བ་ལ་གྲགས་བཤམ། རྟོག་གེ་ལ་གྲགས་བའི་ཇུས་རང་མཚན་  
 དང་། ཕྱོགས་སྒྲོམ་མཚན་ལ་བྱེད་ཅེན། བྱང་ཡེས་ལུགས་གཉིས་ཀ་མཛད་ཅིང་།  
 དེ་ཡང་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རྟོག་ལོ་དང་། བྱང་གི་བཞེད་བ་ཕྱི་མ་དང་། འབྲེའི་  
 བཞེད་བ་སྒྲ་མར་གྲགས་ཤིང་། དཔལ་ལྷན་ཆ་བ། རིག་རལ་ཡང་ཕྱི་མར་བཞེད་  
 དོ། །ཆོག་གསལ་ལས། ཇུས་གཅིག་ལ་ཕྱོགས་བ་ཐད་དུ་གྱིད་བྱེ་བར་འདོད་ལ།  
 འྲིཾ གསེར་རྒྱུང་ དག་ཀྱང་། དེ་རྒྱན་སྤང་གི་དགོངས་བཤོ། ཞེས་གསུངས། ཚུད་

ལན་ཇི་ལྷར་འགྲེལ་བའི་ཚུལ་དང་། བདེན་གང་ཡིན་སོགས་དཀའ་བར་སྤང་  
བས་དབྱུང་དགོས་ནའང་མངས་པར་འགྱུར་བས་མ་གྲིས་སོ། །བྲངས་མེད་ལ་  
སོགས། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་དོན་དམ་དུ་མེད་ཀྱང་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡོད་པ་ལས་སྒྲིན་  
མེད་ཅེས་བ་ལ་སྤྲར་ཡང་། དངོས་སོ་བཅོལ་དུ་མེད་པ་ལ། ཞེས་སོགས་ཀྱིས།  
དོན་དམ་དུ་མེད་ན་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཉམས་འཁེལ་མི་རུང་ངོ་། །ཞེས་བའི་རྩོད་བ་  
ནི། བཅད་བའི་རྩོད་བ་ཡིན་པས། རྩེ་བཙུན་གྱིས་ལན་མཛད་པར་མི་རིགས་ཏེ།  
ལན་བཏབ་བ་དེ་ཉིད་བསྒྲོག་ནས་སྤྲར་རྩོད་པར་བཀོད་བའི་ཕྱིར་རོ། །

དེས་ན་འདིའི་རྩོད་བ་སོ་སུ་ཡིན་པ་དང་། ཕྱོགས་སུའི་འདོད་བ་གང་ཡིན་  
དབྱུང་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་སེམས་ཙམ་བ་ཕྱིན་ཆད་འདིའི་རྩོད་བ་སོ་མ་ཡིན་  
ཏེ། བྲང་ཚུབ་ཇི་ལྷར་དེ་བཞིན་དུ། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་ལན་འདེབས་བ་ན། བྲང་  
ཆེན་གྱིས་གདུལ་བྱའི་དོན་གྲུབ་བ་དོན་དམ་དུ་མེད་ཀྱང་། ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡོད་པ་  
བཞིན། ཞེས་བའི་དབེ་སེམས་ཙམ་བ་ལ་མ་གྲུབ་སྟེ། དེས་བྲང་ཆེན་གྱིས་གདུལ་  
བྱའི་དོན་སྒྲུབ་བ་དོན་དམ་དུ་གྲུབ་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར་དང་། བྲང་ཚུབ་དེ་བཞིན་  
ཉིད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཅན་ཡིན་པ་བཞིན། སྒྲོམ་ལམ་ཡང་ཡིན་ཞེས་སྤྲོ་བ་མི་རིགས་  
ཏེ། སེམས་ཙམ་བས་ཡོངས་གྲུབ་དོན་དམ་པར་གྲུབ་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར།  
དེས་ན། བྲང་ཚུབ་ཇི་ལྷ་དེ་བཞིན་དུ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་མདོར། འོན་ཀྱང་འདི་  
སྤྲུལ་དུ་འདི་ནི་མིང་ཙམ་ཡིན་ཏེ་འདི་ལྷ་སྟེ། སྒྲིན་བའི་བ་རོལ་ཏུ་སྒྲིན་བ་ནི་མིང་  
ཙམ་སོ། །ཞེས་བ་ནས། བཤེས་རབ་ཀྱི་བ་རོལ་ཏུ་སྒྲིན་བ་འདི་ནི་མིང་ཙམ་སོ་སྤྲུལ་

ཞིང་། དེ་སྤྱིན་པའི་ཐར་ཕྱིན་ལ་སྤྱོད་པའི་ཆོ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དེ་དག་དང་།  
 སེམས་བསྐྱེད་པ་དེ་དག་དང་། དགེ་བའི་རྩ་བ་དེ་དག་སྒྲ་མེད་ཚོགས་བྱང་དུ་བསྡོ་  
 སྟེ། དེ་ཡང་སྒྲ་མེད་ཚོགས་བྱང་ཇི་ལྟ་བུ་དེ་བཞིན་དུ་ཡོངས་སུ་བསྡོའོ། །ཞེས་  
 འབྲུང་བས། བྱང་ཆེན་དོན་དམ་དུ་མེད་ཅིང་། ཀུན་རྫོབ་དུ་ཡོད་པ་དང་། མིང་  
 ཅམ་གྱིས་བཞག་པ་དང་། ཡོད་པ་གཉིས་འགལ་བར་འདོད་པ་ཞིག་སྟེ། དེ་ནི་  
 རང་རྒྱུད་པ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པ་ལས་འོས་མེད་དོ། །

དེ་བཞིན་དུ་ཆོག་དོན་ལག་དང་བར་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་གཉིས། སྒྲོམ་ལམ་གྱི་ངོ་  
 བོ་ལ་རྩོད་པ་སྒྲོང་བ་དང་། དེས་བྱང་རྒྱལ་ལ་རྩོད་པ་སྤངས་པའོ། །དང་བོ་ལ་  
 གཉིས་ལས། རྩོད་པ་ནི། སྒྲོམ་ལམ་གྱི་དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་བཛྲོད་  
 དུ་མེད་པའི་མིང་ཅམ་ལ། སྤང་བྱ་ཉམས་པ་དང་། ཞེས་སོགས་སྤྱོད་། གཉིས་པ་  
 ལ་ནི། །བྱང་རྒྱལ་ཇི་ལྟ་བུ་དེ་བཞིན་དུ། ཞེས་སོགས་རྒྱང་པ་གཉིས་ཀྱི་དོན་བསྐྱུས་  
 ན། སྒྲོམ་ལམ་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་ན། སྤང་གཉེན་མི་འཐད་པའི་སྤྱོད་མེད་པར་  
 ཐལ། བྱང་རྒྱལ་དོན་དམ་པར་མ་གྲུབ་ཀྱང་། ཐ་སྙད་དུ་གདུལ་བུའི་དོན་བྱེད་པ་  
 བཞིན་དུ། སྒྲོམ་ལམ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་ཀྱང་། ཐ་སྙད་དུ་སྤང་བྱ་སྒྲོང་བ་  
 སོགས་འདོད་པའི་དོན་སྤྱུབ་པར་བྱེད་པའི་བྱིར། ཞེས་བྱ་སྟེ། དུས་འདི་རྩོད་ལྡན་  
 ཡིན་ཡང་། ལེགས་པར་ལག་དང་པ་འདི་འདྲ་ནི་ཚོགས་ལྡན་གྱི་དུས་སུ་ཡང་རྙེད་  
 པར་དགའོ། །

གཉིས་པ་ལ་གཉིས་ལས། རྩོད་པ་ནི། སེམས་ནི་སྤྲོ་མས་བྱང་རྒྱལ་

པར། ཞེས་པའི་རྒྱུད་པ་གཉིས་ཀྱི་དོན་ནི། བརྟགས་དོན་བཅའ་བའི་ཆོ་གྲུབ་པར་  
འདོད་པའི་རང་རྒྱུད་པ་དག་གི་ཚོད་པ་སྟེ། སེམས་བསྐྱེད་སྐྱད་ཅིག་རེ་རེ་བཞོ་  
ནས་བྱང་ཚུབ་མི་བསྐྱེད། སྤྲི་ཚོགས་པས་ཀྱང་བྱང་ཚུབ་མི་བསྐྱེད་ན། སེམས་  
བསྐྱེད་ཀྱི་བྱང་ཆེན་བསྐྱེད་པ་བརྟགས་དོན་བཅའ་བའི་ཆོ་གྲུབ་པར་འགྱུར་  
ལ། དེ་ལྟ་ན། དེས་དེ་ཉིད་བསྐྱེད་པ་མེད་པར་འགྱུར་རོ་སྟེ་མ་པ་སྟེ། དཔེར་  
ན། སྤང་པོ་རེ་རེ་བ་དང་། ཚོགས་པ་གང་ཟག་ཏུ་མ་གྲུབ་ན། གང་ཟག་རང་  
བཞིན་གྱིས་མེད་པར་འགྱུར་ལ། དེ་ལྟ་ན་གང་ཟག་གཏན་མེད་དུ་འགྱུར་རོ། །  
ཞེས་པ་བཞིན་ནོ།

གཉིས་པ་ལ་ནི། སེམས་བསྐྱེད་སྐྱད་ཅིག་རེ་རེ་ཁོ་ན་དང་། ཚོགས་པས་  
བྱང་ཚུབ་མི་བསྐྱེད་པའི་རྒྱུ་མཆན་གྱིས། སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་བྱང་ཚུབ་བརྟགས་དོན་  
བཅའ་བའི་ཆོ་གྲུབ་ཀྱང་། སེམས་བསྐྱེད་སྐྱད་ཅིག་སྤྲི་ལྟོས་ནས་མིང་ཙམ་  
གྱིས་བྱང་ཚུབ་བསྐྱེད་པར་ཐལ། མེ་ལྷེ་སྤྲི་རེ་རེ་ཁོ་ན་དང་ཚོགས་པས་སྤྲོད་བུ་  
མི་སྟེག་པའི་རྒྱུ་མཆན་གྱིས། མེ་ལྷེས་སྤྲོད་བུ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མི་སྟེག་  
ཀྱང་། མར་མེ་སྐྱད་ཅིག་སྤྲི་ལྟོས་ནས་སྤྲོད་བུ་སྟེག་པའི་དཔེའི་ཚུལ་གྱིས་ནི་  
ཟབ་མོའི་ཆོས་ཉིད་བརྒྱུད་ཀྱང་དེ་དང་འབྲ་བའི་ཕྱིར། སྐྱད་ཅིག་སྤྲི་ལྟོས་པ་  
དང་། །བརྟེན་བ་རྣམས་ནི་མདོའི་ཆོག་སྟེ། །བརྟེན་ནས་བརྟགས་པ་དང་། མིང་  
ཙམ་བདུ་ཙམ་དང་། སྟོས་བཞག་པ་སོགས་དོན་འབྲལོ། སྟོབ་དཔོན་སེང་བཟང་  
གི་བཞེད་པ་ནི། ཚོགས་པས་བྱང་ཚུབ་བསྐྱེད་པར་འདོད་པ་སྟེ། བསྐྱེད་བརྟགས་



བའི་བརྟགས་དོན་བཅའ་ནས་འཛོག་པའི་ལུགས་ལ། ཆ་ཅན་དེ་ཆུགས་ཤིང་བ་  
 དང་། ཚོགས་པ་གང་ཡིན་བཅའ་བའི་ཚེ། མ་རྟེན་ན་བརྟགས་དོན་བཅའ་བའི་  
 དོན་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། རྒྱན་སྒྲུང་དུ། དཔེའི་སྐབས་སུ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་  
 འབྱུང་བའི་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་ཚོགས་པའི་བྱད་པར་ཅན་དུ་སྐྱེས་པ། ཞེས་དང་། དོན་  
 གྱི་སྐབས་སུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་གཉིས་ཀས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བླ་ན་མེད་  
 བར་ཡང་དག་པར་ཛོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་མངོན་པར་ཛོགས་པར་སངས་རྒྱལོ། །  
 ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་གོ། ཞེས་བྱ་བ་འབྱུང་བ་དང་། སྐད་འབྲེལ་ལས། དེ་དག་  
 འདུས་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་ནི་རིམ་གྱིས་འབྱུང་བ་ཉིད་དང་། ཇིང་དུ་མི་  
 གནས་པ་ཉིད་ཀྱིས་སྟན་ཅིག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེན། དེས་འདུས་པས་མི་  
 བསྐྱེད་པ་ཕྱོགས་སྒྲར་བྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། དེས་ན་ཁྱིམ་གྱིས་སེམས་  
 བསྐྱེད་སྐྱེ་བྱི་རིམ་གྱིས་འབྱུང་བས་བྱང་ཆེན་བསྐྱེད། ཞེས་སྒྲ་བ་ནི། བཀའ་ལན་  
 སྟོང་བདེ་བའི་དབང་དུ་བྱས་པ་འདྲའོ།

གཉིས་པ་སྟེང་ཞི་མཉམ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོལ་བ་ས་བསྟན་ཚུལ་ནི། ཆོས་རྣམས་  
མི་ལ་མ་འདྲ་བའི་བྱིར། སྟེང་དང་ཞི་བར་མི་རྟོག་པ། ཞེས་པ་སྟེ། འཕགས་  
མེད་གིས་འདི་ནས་མི་སྒྲོལ་བའི་དགོ་འདུན་དུ་གསུངས་པ། ཟུང་བྱ་མའི་འགྲེལ་  
བར་མཐར་ཐུག་བའི་དགོ་འདུན་དུ་གསུངས་པས། འདི་ས་བརྒྱད་པ་ཡན་པ་  
འཛོག་དགོས་སོ། སྟེང་ཞི་ལ་བླང་དོར་དུ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་མདོ་ལས་  
གསུངས་པ་ནི། ས་བདུན་པ་བྱིན་པ་ཡང་ཡོད་པས། འདིར་ནི་སྟེང་ཞི་ལ་བླང་

དོར་དུ་བདེན་པར་འཛིན་པ་ས་བོན་དང་བཅས་པ་སྤངས་ཤིང་། རྗེས་ཐོབ་ཏུ་བདེན་  
པར་སྤང་བ་འབའ་ཞིག་དང་བཅས་པའི་དག་སའི་ཡེ་ཤེས་སོ། །དེ་ལྟར་ན།  
འཇུག་པ་ལས། ས་བརྒྱད་པ་ལ་ངི་མ་དེ་དག་ཙུ་བཅས་ཉེ་བར་ཞི་འགྱུར་ཞིང་།  
ཞེས་པ་དང་མཐུན་པའི་རྣམ་བཞག་གོ། །མཁས་པ་དག་ནི། རྒྱུ་རྩེ་འབགས་  
སེང་གི་ལུགས་ལྟར་འཆད་པ་ན། རྗེས་ཐོབ་གྱི་སྐབས་སུ། བདེན་འཛིན་མངོན་  
འགྱུར་སྐྱེ་བའི་གོ་སྐབས་ཟད་པར་བཅོམ་པའི་དག་སའི་ཡེ་ཤེས། ཞེས་པ་ཙམ་  
ལས་གསུངས་ཐབས་མ་བྱུང་ངོ་། །ལུགས་འདི་ལྟར་སྤྱར་ཏེ། ལས་མེད་ལ་  
སོགས་ཁྲུན་ཀ་ཡི། ཞེས་སོགས་བཤད་ན་ཤིན་ཏུ་ལེགས་མོད་གྱི་རེ་ཞིག་བཞག་  
གོ། །གཞན་ཡང་སྐབས་སོ་སོའི་གཞུང་ལ་ཞིབ་ཏུ་དཔྱད་ན། འཆད་ཚུལ་འདི་  
འདྲ་འགའ་རེ་ཡོད་ཀྱང་མངས་པར་འགྱུར་བས་མ་གྲིས་སོ། །

འདིར་སྤྲུལ་བ། དེ་ལྟར་རྒྱལ་རྣམས་ཁོང་བཞད་མཛད་པའི་གཏམ། །  
སངས་རྒྱས་སྤྱན་ལྷན་ཤིན་ཏུ་རྙེད་དགའ་ཞིང་། ཚེས་གྱི་སྐྱེ་ལྷན་རྙེད་ན་དོན་ཆེ་  
བའི། །ཟབ་མེད་གཏམ་འདི་ཁོ་བོས་ཡི་གེར་བཀོད། ཚིག་ཟུར་སྒྲོས་པས་ཁོ་  
བོའི་སྒྲོབ་མ་ལ། །ཡོངས་འཛིན་མཆོག་གིས་འདི་བསྟན་འདི་ལས་གཞན། །  
སྒྲོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་སྟོན་བྱེད་ཀྱང་། །བདག་ཡིད་གཡོ་བ་མེད་དོ་  
གོགས་པོ་དག །སྤྱི་མའི་རྗེས་འཇུག་བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོ་ཡི། །འཁོར་གྱི་དེགས་  
ལྷན་མཁས་རྫོམས་མང་པོ་ཞིག །ལེགས་པར་བཤད་འདིའི་ཆ་ཙམ་གོ་བ་ཡི། །  
སྐལ་བ་མེད་པར་ལྷ་བ་ཉིད་དུ་གྱུར། །འཆད་པོ་མང་བསྟན་ངལ་བ་བརྒྱ་བསྟན་

ཡང་། རང་ལུགས་གང་གནས་བྱུང་མཐའི་སྟོགས་མ་མཐོང་། རྟེན་དུ་འོས་སྟོན་  
 འགོད་ཆོག་འབྲིང་བཞུལ་ལན་གྱིས། ཁོངས་སྟན་མཁས་པར་རྫོས་པའང་མང་  
 ཞིག་སྟེ། སྟོབ་མར་ཁས་ལེན་སྟན་མོངས་འབྱུང་པོའི་བྱ། སྟོགས་ལྷུང་འདྲེན་  
 བྱེད་གྲིབ་མས་དམ་པའི་ལུགས། ཁབ་གཤིང་ག་དང་ལྷ་གཅིག་ཉི་མ་ཡི། སྟོབ་  
 འདྲེན་སྐལ་པ་ངན་པ་འདི་དག་མཆར། གྲེ་མ་ཁོ་བོ་སྟོན་གྱི་ལེགས་བྱས་  
 དམན། ལམ་བཟང་འདོམས་པའི་མཁས་རྣམས་གཞན་དུ་གཤེགས། གཟུར་  
 གནས་སྟོ་སྟན་སྟབ་པའི་སྟོགས་དང་བྲལ། སྟན་པོའི་རྗེས་འབྲངས་སྟན་པོའི་  
 ཆོགས་དང་འབྲད། རྟེ་ལྷ་མོད་ཀྱི་ཐུབ་པའི་བསྟན་པ་དང་། བྱུང་མཆོག་  
 ལུགས་བཟང་ཉམས་པ་མ་བཟོད་ནས། ཁོར་མོའི་བེད་རྩེ་ས་གཞི་གཙང་མ་  
 ལ། ལྷ་དབང་ཡི་གེའི་གཟུགས་ཅན་སྟེང་བར་གྱུར། རབ་འབྱུམས་གཞུང་དང་  
 བྱེད་པར་དུ། སྟོ་རོལ་སྟོན་པའི་ཚུལ་ལུགས་ལ། རིང་དུ་སྦྱངས་ནས་འདི་  
 བགྱིས་ལ། ཁོངས་ན་མཁས་རྣམས་བཟོད་པར་མཛོད། དག་ཆོགས་ཀུན་  
 གསལ་ལྷར་ཡངས་གང་། འགྲོ་ཀུན་ཀུན་མཁུན་ཐོབ་བྱིང་བསྟོ། ཐུབ་བསྟན་  
 བྱས་པའི་རྫོས་གང་གྱི། རོལ་བས་འཛིག་རྟེན་གང་གྱུར་ཅིག་ ཅེས་བྱ་བ་འདི་ནི་  
 ཤེས་རབ་ཀྱི་སྟོ་རོལ་དུ་སྟོན་པའི་མན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་མཛོད་པར་རྟོགས་པའི་  
 བྱུན་གྱི་མཐར་ཐུག་པའི་ལྷ་བ་ཐལ་འགྱུར་དུ་འབྲེལ་པའི་ཚུལ། རིགས་པ་དྲི་མ་  
 མེད་པའི་ལམ་ནས་དངས་ནས་བཤད་པ་སྟེ། ཞང་ཞུང་པ་ཆོས་དབང་གྲགས་པའི་  
 དཔལ་གྱིས་སྟོལ་བྱེད་ཀྱི་ལོ་སྟོན་གྱི་རྒྱ་བ་ལ་ནགས་ཤོད་རྣམ་རྒྱལ་དཔལ་འབར་

ཞེས་བྱ་བའི་དགོན་པར་སྐྱར་བའི་ཡི་གེ་པ་ནི་སྒྲིམ་བཙོན་སྒྲོ་དང་ལྷན་བ་ཚུལ་  
བྲིས་ས་དཔལ་ལོ། །མཛད་ལོ།



## ༡༡། །ལྷ་བའི་ཞལ་ཤེས་ཡིག་ཚུང་བཞུགས་སོ།།

མཁའ་ལྷ་བའི་ཤེས་ལུ་ལྷ་བའི་ཞལ་བཟང་། ༡༣༥-༡༣༦

༡༡། །ན་མོ་གུ་རུ་མཆོ་མོ་ཏུ་ཡུ། དེ་ལ་ཞི་ལྷ་ག་གི་མཚན་ཉིད་དང་གྱུ་  
ཚོགས་བསྟན་པའི་རིམ་པ་རྣམས་མཐའ་དག་པ་བྱང་ཚུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལས་  
ཤེས་པར་བྱ་ལ། འདིར་དེ་དག་གི་སྐབས་སུ་མེད་མི་རུང་གི་ཞལ་ཤེས་དག་གི་  
བར་བྱའོ།།

དེ་ཡང་ཞི་ལྷ་ག་གི་སྐབས་སུ་བྱིང་ཚོད་གཅོད་པ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བས།  
བྱིང་ཚོད་བཅན་ཐབས་སུ་གཅོད་ཚུལ་ནི། བྱིང་ཚོད་ཤས་ཚུང་ཞིང་ལན་རེ་ཙམ་  
ལས་མི་འབྱུང་ན། སྐབས་གཞན་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར་བྱན་ཤེས་བསྟན་པས་སེལ་  
ལ། བྱིང་ཚོད་ཤས་ཚུང་ཞིང་ཡང་ཡང་བྱུང་བ་ལ་ནི། འདི་ལྟར་བྱིང་ཚུང་ཡང་  
ཡང་བྱུང་དུས་སུ་རང་གི་སེམས་དང་ནམ་མཁའ་གསལ་སྟོང་གཉིས་དབྱེར་མེད་  
དུ་བསྟེན་ནས་བཟུང་བས་སེམས་གསལ་ལ་དྲངས་ཤིང་། དམིགས་པ་ལ་འདོད་  
བ་བཞིན་དུ་གནས་པ་ཡིན། ཚོད་པ་ལ་ནི་ཚུང་སྟོར་བྱ་སྟེ། ནང་དུ་ཚུང་བཟུང་  
བས་སེམས་ཀྱང་གནས་ཤིང་རིག་པ་དྲངས་སྟིགས་ལེགས་པར་སྟེ་འོང་བ་ཡིན།  
བྱིང་ཚོད་བཅན་ཐབས་སུ་གཅོད་པའི་ཞལ་ཤེས་སོ། །གང་ལ་འཛོག་པའི་  
དམིགས་པ་དང་། ཇི་ལྟར་འཛོག་པའི་དམིགས་ཚུལ་དང་། དམིགས་པ་  
བསྟོམས་པས་སྟོང་བ་སྟེ་ཚུལ་དང་། བྱིང་ཚོད་སྤྲུགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་བྱུང་བར་

རྣམས་ཤེས་པར་བྱའོ།།

ལྷག་མཐོང་ལ་ཐོག་མར་དགག་བྱའི་ཆད་འཆར་ཚུལ་ནི། ཐོག་མར་སྒོ་  
ལྷན་སྐྱེས་ལ་ང་ཙམ་དེ་ཇི་ལྟར་འཆར་བ་ལྟ། དེ་ངེས་ནས་ང་ཙམ་དེ་ངོ་སྐྱེས་བའི་  
སྒོ་ལ་ཇི་ལྟར་སྤང་ལྟ། སྤང་ཚུལ་ངེས་ནས་ངོ་སྐྱེས་བའི་སྒོ་དེས་ང་ཇི་ལྟར་བརྒྱང་  
ངེས་པར་བྱེད་བ་སྟེ། དེ་ལ་ཡང་སྒྲིན་དུ་སྤང་བའི་འཆར་ཚུལ་གཉིས་ལ་དེམ་  
བཞིན་གཉིན་པོ་བསྟེན་དགོས་སོ།།

བལྟ་ཚུལ་ལ་ངོ་སྐྱེས་བའི་སྒོ་མ་ཤོར་བ་བྱས་ནས་སྒོ་གཞན་ཞིག་གིས་  
བྱར་ནས་བལྟ་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་བལྟས་པ་ན་ཐོག་མར་བྱང་པོ་འཆར་བ་  
དང་མི་འཆར་བ་གཉིས། འཆར་བ་ལ་ཡང་ང་དེ་ལྟར་པོའི་དགྲིལ་ན་གནས་པ་  
ལྟར་འཆར་བ་དང་། བྱང་པོ་ལས་གཞན་མི་འཆར་བ་དང་། མི་འཆར་བ་ལ་ཡང་  
ཅང་མེད་གྱི་སྒྲིང་བ་ལྟ་བུར་འཆར་བ་དང་། ཁ་དོག་དང་གཟུགས་གྱི་རྣམ་པར་  
འཆར་བ་ནི་འཆར་ཚུལ་རྣམ་དག་མ་ཡིན་ནོ།།

དེས་ན་སྒོ་ལྷན་སྐྱེས་འདི་ལ་འང་དེ་ཡུལ་གང་ལ་ཡང་ལྷོས་པ་མེད་འདྲ་  
བའི་ངང་ལ་རང་ངོས་ནས་ལྟང་ངེ་འཆར་བ་ཞིག་འཆར་ལ། དེ་ཉིད་ཐ་སྙད་སྒྲིང་  
སྒྲིང་བ་དང་། ཐོབ་ཐོབ་བ་དང་། རྒྱས་པ་ལྟང་ངེ་བ་དང་། ལམ་མེ་བ་གང་དང་  
སྐྱར་ཡང་འཆར་བ་འདྲ་བ་ཞིག་འོང་ངོ་། །སྤང་བ་དེ་ཡང་ཡུན་སྐར་བས་སྤང་བ་ཙམ་  
རེ་ལས་མི་འཆར་རོ། །དེ་སྒོ་དེ་དང་སྒྲིན་ནས་གྲུབ་གྲུབ་ཅིག་བྱན་པ་ལྟར་དུ་འཆར་  
རོ།།

འཆར་ཚུལ་དེ་ལ་ཡང་། སྤང་བོ་དང་གཅིག་དང་ཐ་དད་གཉིས་ཀའི་  
འཆར་ཚུལ་འབྱུང་ངོ་། །དེ་ཡང་ང་ན་ཞེས་བ་དང་ངའི་ལག་བ་ན་ཞེས་བ་ལྷ་  
བུའོ། །ལྷ་ན་སྤྱིས་ཀྱི་སྤང་བ་དེ་མ་དོར་བར་ང་བྱ་བ་བྱེད་དོ། །ཞེས་བ་ལྷ་བུ་ནི་ངར་  
ཞེན་བ་ཡིན་ནོ། །ངའོ་སྤྲུལ་པའི་སྤོ་ནི་ང་འགོ་ང་སྤོད་སྤྲུལ་བ་རྣམས་སོ། །

དེ་ལྟར་འཆར་ཚུལ་ངེས་ནས། དེ་ལྟར་བྱུབ་ན་སྤང་བོ་དང་གཅིག་དང་ཐ་  
དད་གང་རུང་ལས་མི་འདའ་བའི་ཚུལ་དང་། གཅིག་དང་ཐ་དད་གཉིས་ཀ་ལ་  
གནོད་བ་ཡོད་པའི་ཚུལ་བསམ་སྟེ། ང་སྤང་བ་དེ་ལྟར་དུ་མི་འདུག་པ་ལྟར་གིས་  
ངེས་ན། ངེས་ཤེས་ལྷ་ང་ལྷ་ང་བ་བར་མ་ཆད་དུ་སྤྱོད་བ་ནི་སྤྱོད་ཚུལ་གྱི་གནད་དམ་  
པའོ། །

དེའི་ཆོ་དགག་བྱ་གསར་དུ་གསལ་བཅུ་བ་ནས་དེ་ལྟར་མེད་དོ་སྤྲུལ་དུ་  
བྱེད་པ་མིན་ཏེ། དང་བོ་དགག་བྱ་གསལ་བཅུ་བ་སྟེ། དེ་ལྟར་དུ་མེད་པར་ངེས་  
ཤེས་ལྷ་ང་གིས་སྤྱིས་པའི་མེད་དགག་དེ་ཉིད་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་མ་ཉམ་པར་འཛོག་པ་  
ཡིན་ནོ། །

དེ་ལ་གནད་བཞིར་བྱས་ནས། དང་བོ་དགག་བྱ་ངེས་པའི་གནད།  
གཉིས་པ་བྲུབ་པ་ངེས་པའི་གནད། གསུམ་པ་ཕྱོགས་ཆོས་ཀྱི་ཟུར་དང་བོ་ངེས་  
པ། བཞི་པ་ཕྱོགས་ཆོས་ཀྱི་ཟུར་ཕྱི་མ་ངེས་པ་རྣམས་ཡིན་ལ། ཆད་མ་བཞིར་  
བྱས་ནས་དགག་བྱའི་འཆར་ཚུལ་ངེས་པའི་ཆད་མ། གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་རུང་  
དུ་ངེས་པའི་ཆད་མ། གཅིག་ཏུ་མ་བྱུབ་པ་ངེས་པའི་ཆད་མ། ཐ་དད་དུ་མ་བྱུབ་



པ་ངེས་པའི་ཚད་མ་དང་བཞིའོ།

དེ་ལ་བོགས་འདོན་པ་ནི། མཉམ་ཆེས་ཀྱི་སྒྲིང་ཚུལ་གཉིས་ལ་མཁས་  
པས་བོགས་འདོན་པ་ཡིན་ནོ། །བོགས་སེལ་ནི། ཆད་ལྷ་གནད་དང་བའི་ཚད་མ་  
ངེས་ན་མི་འགྲུང་ཡང་། བདག་ཆད་ཀྱིས་དོགས་ཀྱི་འཛིགས་པ་ནི་ཆེས་ཐོབ་ཀྱི་  
སྒྲིང་བ་སྒྲིན་མེད་འདི་ཀས་སེལ་ནུས་སོ། །སྒྲིང་ཉིད་རྒྱང་ཆད་བསྒྲོམས་ན་བདེན་  
བྱུང་གི་རྟག་མཐའ་བསྒྲོམས་པར་འགྱུར་བས་སྒྲོ་དང་བསྐྱེད་ནས་དབྱེར་མེད་དུ་  
བསྒྲོམ་སོ། །

ངའི་སྒྲོ་འཆར་ཚུལ་ནི། ང་ཡིའོ་སྤྲུལ་པའི་སྒྲོ་སྒྲི་འདིའི་འཆར་ཚུལ། ང་  
ཡིའོ་སྤྲུལ་དུ་བསམས་པ་ན། སྒྲོ་དེ་དང་ཡིང་ཆད་དུ་ཆད་ཆད་པ་འདྲ་བཞིག་འཆར་  
ལ། དེ་ཉིད་སྒྲིང་བ་ལྷར་བྱུང་ན་མིག་སྤྲུ་སོགས་དང་གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་རུང་  
དུ་བྱུང་དགོས། གཅིག་ཏུ་བྱུང་ན་ཐ་དད་གང་ན་མེད་ཀྱི་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་བས།  
མིག་ཤེས་ཀྱིས་ཀྱང་སྒྲོ་ཐོས། རྒྱ་བས་ཀྱང་གཟུགས་མཐོང་བར་འགྱུར་རོ། །ཐ་  
དད་དུ་བྱུང་ན་ང་ཡིའོ་སྤྲུལ་པའི་སྒྲོ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཡུལ་ལ་ཡོངས་སྒྲོད་པ་ཡོད་པ་  
དང་། ངའི་སྒྲོ་རྣམས་བདེ་བ་སྒྲུབ་བྱེད་མིན་པར་འགྱུར་བས། དེ་ལྷར་ངེས་པ་  
དངས་ནས་སྒྲིང་ཚུལ་སྤར་ལྷར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ནས་ཤེས་པའི་འཆར་ཚུལ་བལྟ་སྟེ། དེ་ཡང་ཡུལ་རང་དབང་དུ་སྒྲོད་  
པ་འདྲ་བའི་ཚུགས་ཐུབ་ཏུ་འཆར་རོ། །དེ་ངེས་པ་འདེན་ཚུལ་དང་སྒྲིང་ཚུལ་  
མཉམ་ཆེས་ཐམས་ཅད་སྤར་དང་འདྲའོ། །དེ་ནས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཡུང་པོའི་སྤེང་དུ་

གཏན་ལ་ཐབ་ནས་བསྐྱོམ་མོ། དེ་ནས་གང་ཟག་རང་ཀྱུང་གིས་མ་བསྐྱུས་པའི་  
 ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤང་དུ་གཏན་ལ་ཐབ་སྟེ་བསྐྱོམ། དེ་འཆར་ཚུལ་ནི་ཀ་བ་ལྷ་བྱ་  
 སྒར་ནས་བྱུབ་པ་གཏན་ཚུགས་བྱུབ་པའི་རྣམ་པར་འཆར་རོ།

ཐ་སྙད་དུ་ཡོད་པར་བཤད་པ་ནི། མིང་ཅམ་ཞིག་ཡོད་པ་ཡིན་ལ། ཇིག་  
 པས་མེད་པར་བྱུབ་པ་ནི། སྐྱོ་མ་ཇིག་པའི་ཡུལ་རྣམས་རང་དབང་དུ་བརྒྱུང་བ་  
 ལྷར་མེད་པར་བྱུབ་པ་ཡིན་ནོ།

༩ ན་མོ་གྲུ་བྱ་ལ། དབུ་མའི་ལྷ་བ་བསྐྱོམ་ཚུལ་ལ་ལྷ་སྟེ། ཐེག་པ་གཞན་གྱི་  
 ཡུལ་ཅན་བྱུང་པར་ཅན་བསྐྱོམ་ཚུལ་དང་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་ནས་  
 བསྐྱོམ་པའི་ཚུལ་དང་། ཞི་གནས་དངོས་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷག་མཐོང་དངོས་བསྐྱོམ་  
 ཚུལ། ཞི་གནས་རྗེས་མ་ཐུན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷག་མཐོང་རྗེས་མ་ཐུན་པ་འཆར་  
 ཚུལ། ལས་དང་པོ་བས་ལྷ་བ་ལ་སྤྱོད་པ་འདོན་པའི་ཚུལ་ལོ།

དང་པོ་ནི། ལུགས་འདིའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་མཉམ་པར་འཛོག་པའི་ཞར་ལ་  
 དེས་པའི་ལྷ་བའི་འཛིན་སྐྱངས་མ་འཛོག་ཅིག །

གཉིས་པའི་ཆོ། དབྱུང་དོན་ངེས་པའི་ཆོ་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་གཉིས་པོ་གཅིག་  
 ཉུ་འབྲེས་ཀྱང་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་སྤང་ཆ་ངེས་ཡུལ་དུ་མ་བྱེད་ཅིག །

གསུམ་པའི་ཆོ། དབྱུང་དོན་ངེས་པ་དང་ལྷན་ཅིག་ཉུ་མིན་སྐྱངས་གཉིས་  
 ཐོབ་དབྱུང་པས་གནས་པ་འབྲེན་ཞིང་གནས་པའི་ངང་ནས་སོ་སོར་དཔྱོད་རྒྱས་

བས་མཉམ་གཞག་ཏུ་གནས་བ་དང་། ཇི་ལྷ་བའི་དོན་སོ་སོར་འབྱེད་ནུས་པའི་  
ཤེས་རབ་བྱུང་འབྲེལ་དུ་ཡོད་པའི་ཆ་སོ་སོར་བྱེད་བར་མཛོད་ཅིག །

བཞི་པའི་ཆོ། དབྱུང་དོན་ངེས་བ་ན་གནས་ཆ་འབྲེན་བ་ཞི་གནས་གྲུབ་  
པའི་མཐུ་ཡིན་ཡང་དེ་ཉིད་གཙོ་བོར་མ་འཛོན་བར་ཡང་ཡང་དུ་དབྱུང་ནས་དབྱུང་  
དོན་ལ་ངེས་ཤེས་དང་དབྱུང་མཐར་འཛོག་པ་གཉིས་མཉམ་བར་བསྐྱབ་བར་  
མཛོད་ཅིག །

ལྷ་བའི་ཆོ། ཟློང་བ་འདོན་པའི་བློ་ཤེས་ཀྱི་ངེས་ངོར་ཡོངས་གཙོད་ཀྱི་  
ངེས་བ་འགོག་བར་གྱིས་ཤིག །ལྷ་བའི་ཡིག་རྒྱུང་ངོ་། །དགོ་ལེགས་འཕེལ་། ॥

# ༡༡། །ལྷ་ཁྱིད་ཐུན་སེལ་སྒྲོན་མེ་ཞེས་བྱ་བ་ བཞུགས་སོ།།

མཁས་གྲུབ་དགེ་ལེགས་དབུ་བཟང་། ༡༣༥-༡༣༩

༡༡། །ན་མོ་གྲུ་རུ་བྱུ་མོ་རྩི་སྒྲུ་ན་མོ་ན་མེ་ །ཀྲུལ་བ་ཀྱན་དངོས་  
དབུ་ལྷན་སྒྲུ་མ་ཡི། །ཞབས་ཀྱི་བསྐྱོར་གྲུས་བས་ཐུག་བྱས་ནས། །སྒྲར་ཡང་  
དབུ་མགོན་སྒྲུ་སྒྲུབ་ཡབ་སྐུ་ལ། །སྒྲིང་ནས་བདུད་དོ་བཅེ་བའི་ལྷགས་ཀྱུས་  
བྱངས། །འདི་ན་འཁོར་བའི་རྩ་བ་འབྱིན་པའི་ལམ། །ཡང་དག་ལྷ་བ་གོ་མས་ལས་  
གཞན་ཡོད་མིན། །དེ་ལྟར་ན་ཡང་གངས་རིའི་བྱོད་འདི་ན། །ལལ་ཆེར་རྒྱ་འདོད་  
སྒྲིག་རྒྱུའི་རྩེས་སུ་སྒྲེག། །ཆེ་མེད་སྒྲུ་མ་མཆོག་དེའི་གསུང་རབ་ཀྱི། །འཕྲུག་  
རོགས་བསྐྱན་གྱང་སྐུ་ལ་བ་དམན་བ་ལས། །ཡང་དག་ལྷ་བའི་གདུང་སེལ་མ་རྩེད་  
བར། །ལོག་པའི་ལམ་ངན་ཆོལ་བ་མང་མཐོང་སྟེ། །ལམ་དང་ལམ་མིན་འབྱེད་  
ལ་འཐོམས་གྱུར་བ། །དེ་དག་རྣམས་ལ་བཅེ་བའི་བསམ་བ་ཡིས། །རྩེ་བཙུན་སྒྲུ་  
མའི་གསུང་ལས་ལེགས་འོངས་བ། །ལམ་ངན་ཐུན་སེལ་སྒྲོན་མེ་འདིར་བཞད་  
བྱ། །

དེ་ཡང་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་མདོ་སྒྲེ་དགོངས་བ་ངེས་འབྲེལ་ལས།  
ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུད་གི་ཡོན་ཏན་མ་ལུས་བ་ཞི་གནས་དང་ལྷག་མཐོང་གི་འབྲས་བུར་  
གསུངས་ཤིང་། དེ་ལ་ཞི་གནས་ནི་ལྷག་མཐོང་ཐོག་མར་རྒྱུད་ལ་སྟེ་བའི་ཐབས་

དང་། སྐྱེས་ནས་ལྷ་ག་མཐོང་གི་སྤང་བྱ་སྤོང་བ་དང་། ཡོན་ཏན་བསྐྱབ་པའི་  
 སྒོ་གས་སུ་བྱང་དུ་འབྲེལ་དགོས་པ་ཡིན་གྱི། དེ་གཉིས་ལས་ཀྱང་གཙོ་བོ་ནི་ལྷ་ག་  
 མཐོང་ཡིན་ཞིང་། ལྷ་ག་མཐོང་ལ་ཡང་འཛིག་རྟེན་བ་དང་འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་  
 བ་དང་། ཇི་ལྷ་བ་དང་ཇི་སྟོད་བ་ལ་དམིགས་པ་སོགས་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་གཙོ་བོ་  
 ནི་བདག་མེད་རྟོགས་པ་ཉིད་ཡིན་ལ། བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ལྷ་ག་མཐོང་མཆོན་  
 ཉིད་པ་སྦྱར་ལམ་མ་ཐོབ་བར་མི་འབྱུང་ཡང་ལྷ་ག་མཐོང་རྗེས་མཐུན་བ་དང་།  
 བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་བསྟོམས་པའི་ལྷ་ག་མཐོང་ལ་སྦྱོབ་པ་ནི་ཚོགས་  
 ལམ་ལ་ཡང་མ་ཞུགས་པའི་ལས་དང་པོ་བ་ཉིད་ནས་ཡོད་དེ། ཤེས་རབ་བརྒྱུ་བ་  
 ལས། མཐོང་དང་མ་མཐོང་ཡོན་ཏན་ནི། །ཀུན་གྱི་རྩ་བ་ཤེས་རབ་ཡིན། །དེ་ལྟར་  
 གཉིས་ཀ་སྐྱབ་པའི་ཕྱིར། ཤེས་རབ་ཡོངས་སུ་གཟུང་བར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་  
 བ་ལྟར་ཡོན་ཏན་ཀུན་གྱི་རྩ་བ་ཤེས་རབ་ཡིན་ཞིང་དེའི་ཡང་གཙོ་བོ་ནི་བདག་མེད་  
 རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཡིན་ལ། འཁོར་བའི་སྐྱབ་བསྐྱེལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་  
 བདག་འཛིན་གཙོད་པའི་གཉེན་པོ་དང་། ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་མངོན་སུམ་དུ་  
 མཐུན་པ་ལ་སྐྱབ་པའི་གཙོ་བོ་གཉིས་སྤང་འབྲུལ་པའི་བག་ཆགས་ལྷ་ག་མ་མེད་  
 བར་གཙོད་པའི་གཉེན་པོ་ནི་བདག་མེད་པ་མཐར་ཐུག་པ་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་  
 རབ་ཡིན་ཞིང་གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། རྗེ་རྗེ་ཐེག་པའི་ལམ་གྱི་བགོད་བ་  
 རྣམས་ཀྱིས་དངོས་བྱུང་རྣམས་པ་གཉིས་བསྐྱབ་པ་ཡང་ཤེས་རབ་དེ་ཉིད་ཡོད་པ་  
 དང་མེད་པའི་རྗེས་སུ་འགོ་བ་རྒྱུད་སྟེ་དང་བྱུང་ཆེན་གྱི་མན་ངག་དང་། ཤིང་རྩ་

ཆེན་པོ་དག་གི་གཞུང་ལས་ལན་ཅིག་མིན་པར་གསུངས་པའི་བྱིར། འཁོར་བ་  
ལས་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་གང་འདོད་པ་དང་། སྒྲགས་དང་མཚན་  
ཉིད་གང་གི་ལམ་དུ་འཇུག་པར་འདོད་ཀྱང་ཤེས་རབ་དེ་བཙལ་ནས་གོམས་པར་  
བྱེད་པ་ལ་ནི་སྒྲེས་བུའི་རྩལ་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་འབད་པར་རིགས་པ་ཡིན་ནོ།

དེ་ལྟ་མོད་ཀྱི་གངས་རིའི་ཁྲོད་འདིར་བྱི་རོལ་པ་དང་སངས་རྒྱས་པའི་  
ཉིང་རེ་འཛིན་ཐུན་མོང་པ་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱུང་པར་ཅན་ཡང་བྱེད་པ་  
ཡིན་ཏུ་ཉུང་བར་བྱུང་འདུག་ན། ལྷག་མཐོང་བྱུང་པར་ཅན་སྐྱབ་ཚུལ་ལ་མཁས་པ་  
མང་བ་མ་ཡིན་པ་ལྷ་སྒྲོལ་གྱང་ཅི་དགོས། འཕགས་པའི་ཡུལ་གྱི་ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་  
དག་གིས་ཡང་དག་པའི་ལྷ་བ་གཏན་ལ་འབེབས་པའི་ལམ་སྒོལ་རང་རང་གི་  
ལུགས་མ་འདྲིས་པར་རྟོགས་པའང་སྲིད་མཐའ་ཅན་དུ་བྱུང་སྐྱང་ན། ཡང་དག་  
པའི་ལྷ་བའི་སྒྲོང་ཚུལ་ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་གི་ལུགས་ཇི་ལྟ་བ་  
བཞིན་དུ་ཐོན་པ་དེ་བས་གྱང་དགོན་པ་ལྷ་ཅི་སྒྲོལ། ཚུལ་འདིས་ཡང་དག་པའི་ལྷ་  
བ་ཐོས་བསམ་གྱིས་གཏན་ལ་འབེབས་པ་དང་། བསྒྲོལ་བྱུང་གིས་ཉམས་སུ་ལེན་  
པ་དང་། ཐབ་དོན་ཐབ་མོ་ལ་སྐྱབ་པ་སྒྲིང་པོར་བྱེད་པར་འདོད་པ་དུ་མ་ཞིག །  
ངལ་བ་འབྲས་བུ་མེད་པར་འབྱུར་བར་གཞིགས་པའི་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་།  
མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་ལམ་གྱི་སྒྲིང་པོ་ཉམས་པ་ཐུགས་ཀྱིས་མ་བཟོད་པའི་གཞན་དབང་  
དུ་བྱུང་པས་ལྷེ་བཙུན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཙོང་ཁ་བ་ཆེན་པོ་རང་ཉིད་རྗེ་བཙུན་འཇམ་  
དཔལ་དབྱངས་ཀྱི་གསུང་གི་བདུན་ཅི་རྒྱན་མི་འཆད་པར་དངོས་སུ་སྦྱལ་ཞིང་།

འཕགས་པ་སྐུ་སྐྱེས་ཡབ་སྐུ་སྐྱེས་དངོས་སྐུ་སྐྱེན་གྱིས་བརྒྱབ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 ཡང་དག་པའི་ལྷ་བའི་གནད་ལ་འབྲུལ་པ་མ་ལུས་པ་ཟད་པའི་རྟོགས་པ་བྱུགས་  
 རྒྱད་ལ་མངོན་སུམ་དུ་མཛད་པ་ཇི་ལྷ་བ་བཞིན་དུ་མཐའ་གཞན་དུ་དོགས་པ་མ་  
 ལུས་པར་བཅད་དེ་དྲི་མ་མེད་པའི་རིགས་པའི་ལམ་ནས་དངས་པ་དང་པོར་ཐོས་  
 བསམ་གྱིས་གཏན་ལ་འབབས་པའི་ཚུལ་དང་། དེ་ཉིད་ཉམས་སྐྱེལ་བའི་རིམ་  
 པ་མཐའ་དག་པར་གསལ་པར་མཛད་པའི་གསུང་རབ་རྒྱ་ཆེར་མཛད་ཅིང་གསུང་  
 གི་བདུད་རྩིང་དུ་མ་ཞིག་ལ་ལན་མང་དུ་སྦྱུལ་བའི། བཀའ་བློན་ལྷག་པར་མཛད་  
 པས་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེའི་སྤྱིང་པོ་གཞི་ནས་གསོ་བར་མཛད་དུ་ཟིན་ཀྱང་། སྤྲུལ་  
 པ་དམན་ཞིང་སློང་མཐུ་རྒྱུད་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་གནད་ལ་ངེས་པ་མ་རྟེན་  
 པར་ཆོག་ཙམ་ཞིག་ལྟར་ལེན་པ་དག་གིས་ད་དུང་ཕྱོགས་ཙམ་ཡང་མ་མཐོང་སྟེ་  
 ལོག་པའི་གཡང་དུ་ལྷུང་བ་དང་། ཐེ་ཆོམ་གྱི་མལ་དུ་ཡིད་ཉལ་བ་ལྟར་བྱེད་པ་  
 བལ་ཆེ་བར་མཐོང་ནས་ཡང་དག་པའི་ལྷ་བ་སྦྱོང་བའི་གནད་ལ་གོལ་ས་གཅོད་  
 པའི་ཚུལ་མདོར་བསྡུས་པ་ཙམ་ཞིག་བཟོད་པར་བྱའོ། །མཁས་པ་དགུས་པའི་  
 ལམ་དུ་སློབ་གྲོས་དང་ལྡན་པ་དག་གིས་ཡིད་ཆེས་བར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ།

དེ་ལ་བྱེ་བྲག་ཏུ་སྐྱེ་བ་དང་མདོ་སྟེ་བ་དང་སེམས་ཙམ་པ་དང་། དབུ་མ་  
 རང་རྒྱུད་པ་དག་གང་ཟག་རང་རྒྱ་བྱབ་པའི་ཇུས་ཡོད་རྣམ་པར་བཅད་པ་རྟོགས་  
 པས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་མཆོན་ཉིད་རྟོགས་པར་རྟོགས་པར་བཞེད་པ་ལ་འདྲ་  
 མོད་གྱི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་སྟོན་ཚུལ་མི་འདྲ་སྟེ། མདོ་སྟེ་བ་འཕགས་པའི་

ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་ཕྱ་བའི་མི་རྟག་པ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ལ་རང་རྒྱ་  
 ཐུབ་པའི་རྣམ་ཡོད་རྣམ་པར་བཅད་པ་རྟོགས་པར་འདོད་པས་ད་ལྟ་བདག་མེད་  
 བསྐྱེལ་པ་ནའང་མེད་དགག་འབའ་ཞིག་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་  
 སེམས་ཙམ་པ་དང་རང་རྒྱུད་པའི་ལུགས་ལ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་བསྐྱེལ་པ་  
 ནའང་གང་ཟག་རང་རྒྱུ་ཐུབ་པའི་རྣམ་ཡོད་ཀྱི་སྤྱི་སྒོ་ལ་ལེགས་པར་ཤར་ཚུལ་དེ་  
 ལྟར་གྲུབ་པ་ལེགས་པར་བཀག་པའི་ངེས་པ་དང་ས་པའི་ངེས་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུན་གོམས་  
 པར་བྱེད་པ་དང་། དེའི་ཆོ་གང་ཟག་གི་བདག་བཅད་ཙམ་གྱི་མེད་དགག་མ་  
 གཏོགས་འདུས་བྱས་ངེས་པར་མེད་པ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན་ལ། འོན་ཀྱང་ལུགས་  
 དེ་དག་ལ་འང་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་སྤྱི་སྒོ་པའི་སྤྱི་སྒོ་སྤྱི་སྒོ་བདེན་བཞི་མི་རྟག་པ་  
 སོགས་བཅུ་དྲུག་རྟོགས་པ་ཁས་ལེན་ཞིང་། དེ་ལ་སོ་སྤྱི་ལམ་དུ་དེ་སྤྱི་པ་སྤྱི་  
 དུ་འགོ་དགོས་པས་མདོ་སེམས་རང་རྒྱུད་པ་གསུམ་གྱི་ལུགས་ལ་ད་ལྟ་ནས་ཕྱ་  
 བའི་མི་རྟག་པ་སོགས་ཆོད་མས་གཏན་ལ་པབ་ནས་སྤྱི་སྒོ་ཚུལ་ཇི་ལྟར་བྱེད་ཅེས་སྒོ་  
 ཁ་སྤྱོད་པ་ཞིག་མ་བྱུང་ན། ལུགས་དེ་དག་གི་གཞུང་ལུགས་ལ་ཇི་ཙམ་སྤྱངས་  
 པ་ཐམས་ཅད་ཆོ་འདིའི་ཁ་སྤྱི་ལྟར་གྱི་ཆོག་ཙམ་དུ་སོང་བར་གདོན་མི་ཟེམ།

སེམས་ཙམ་པའི་ལུགས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་ནི་གཞུང་འཇིན་རྣམས་ཐ་  
 དད་དང་གཞུགས་སོགས་ངོ་བོ་དང་བྱུང་པར་དུ་བཏགས་པ་རང་གི་མཚན་ཉིད་  
 ཀྱིས་གྲུབ་པ་རིགས་པས་ལེགས་པར་ཁེགས་པའི་སྤྱི་ནས་གཞན་དབང་ལ་དེ་  
 འདྲའི་ཀྱན་བཏགས་བཀག་པས་ཆོད་མས་ངེས་པའི་ངེས་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུན་གོམས་པར་



བྱེད་པ་དང་། དེ་འདྲ་བའི་ངེས་ངོར་ཀུན་བརྟགས་དེ་ལྷ་བྱ་རྣམ་པར་བཅད་པའི་  
 མེད་དགག་འབའ་ཞིག་མ་གཏོགས་གཞན་དབང་གི་སྤྱང་བ་ལོག་པ་དང་།  
 མཉམ་གཞག་ཏུ་དེ་ལྷར་གོམས་པའི་རྗེས་ཐོབ་ཏུ་གཞན་དབང་སྤྱུ་མ་ལྷ་བྱར་ཡིད་  
 ལ་བྱེད་ཚུལ་དང་། དེ་འདྲ་བའི་ལྷག་མཐོང་གོམས་པར་བྱེད་པའི་སྡོན་དུ་ཞི་  
 གནས་མཚན་ཉིད་པ་མ་སྤྱེས་ཀྱི་བར་དུ་ཞི་གནས་ཀྱི་ལམ་ལ་གོམས་པར་བྱེད་  
 ཚུལ་དང་། ཞི་གནས་མཚན་ཉིད་པ་གྲུབ་པ་ན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བཤད་མ་ཐག་  
 པའི་ལྷག་མཐོང་གི་ལམ་ལ་སློབ་ཚུལ་དང་། དེ་ལས་ཆོས་བདག་གི་ཀུན་  
 བརྟགས་བཀག་པ་རྟོགས་པའི་ལྷག་མཐོང་མཚན་ཉིད་པར་འགྱུར་ཚུལ་དང་། དེ་  
 རྣམ་ཞི་ལྷག་ཟུང་འབྲེལ་དུ་འགྱུར་ཚུལ་སོགས་ས་སྡེ་དང་། ཐེག་བསྐྱུས་རྩ་  
 འབྲེལ་དང་མདོ་རྒྱན་དང་། དབུས་མཐའ་རྩ་འབྲེལ་གཞུང་ལུགས་ཆེན་པོ་དག་  
 དང་། ཤེར་སྤྱོད་གྱི་མན་ངག་ལ་སོགས་པ་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་དག་དང་མཁས་པའི་  
 གཞུང་ལས་འབྱུང་བ་ལྷར་ལེགས་པར་ཤེས་ནས་བསྒྲོམ་པ་དགོས་ཤིང་དེ་འདྲ་  
 པའི་སྤྱོད་ཚུལ་ཤེས་ནས། མཉམ་གཞག་ཏུ་རྣམ་རིག་པའི་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་ལ་  
 རྟོང་བ་ཐོན་པ་དང་རྗེས་ཐོབ་ཏུ་གཞན་དབང་སྤྱུ་མ་ལྷ་བྱ་རྟོང་སྟོབས་ཀྱི་ངེས་པ་  
 འདྲན་ཐུབ་པ་ཙམ་ཞིག་བྱུང་ན་ནི་རྒྱལ་བ་དགྲེས་པའི་ལམ་ལ་གནས་པ་ཡིན་ལ།  
 བོད་ཀྱི་དབུ་མའི་ལྷ་བ་མཐར་ཐུག་པ་རྟོགས་ནས་ཐབ་དོན་སྒྲོམ་པར་འདོད་པ་པལ་  
 ཆེ་བ་ལས་ཆེས་ཆེར་བྱད་པར་འཕགས་པ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་རིག་པའི་ལུགས་དེ་ནི་  
 འཁོར་ལོ་ཐ་མའི་མདོའི་དགོངས་པ་རྗེ་བཙུན་བུ་མས་པ་དང་ཐོགས་མེད་སྐྱུ་མཆེད་

གྱིས་བཀའ་བ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་སྒྲུབ་ལ།

བོད་ཀྱི་ཟབ་དོན་སྒྲོམ་པར་འདོད་པ་སྤྱི་མང་པོ་ཞིག་ནི་བྱ་བ་མཐའ་སྒྲིབ་  
བཞི་པོ་ལ་དགེ་ལུགས་སུ་མི་སྒྲུབ་བའི་ཕྱིར་དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པ་ལ་ནི་སྒྲོབ་  
དཔོན་ལགས་ལྡན་འབྱེད་དང་། ཡེ་ཤེས་སྒྲིབ་པོ་ལ་སོགས་པ་སྤྱི་དོན་ཞལ་གྱིས་  
བཞེས་ཤིང་རང་རིག་ཞལ་གྱིས་མི་བཞེས་པ་དང་། སྒྲོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ཞི་བ་འཆོ་  
དང་། འཕགས་སེང་དང་། ཀ་མ་ལ་ལྷོ་ལ་ལ་སོགས་པ་སྤྱི་དོན་ཐ་སྙད་དུ་འང་  
མེད་ཅིང་གཟུང་འཛིན་ཇུས་གཞན་འགོག་པ་དང་། རང་རིག་ཁས་ལེན་པ་ལ་  
སོགས་པ་ཐ་སྙད་དུ་རྣམ་རིག་བ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་ཞལ་གྱིས་བཞེས་ནས་གཟུང་  
འཛིན་ཇུས་གཞན་ཁེགས་པའི་འོག་ཏུ་ཤེས་པ་འང་བདེན་པར་བྱ་བ་པ་འགོག་ཅིང་  
རང་རྒྱུད་བའི་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཐ་སྙད་དུ་རང་གི་མཚན་ཉིད་གྱིས་  
བྱ་བ་པར་བཞེད་ཀྱང་བདེན་པར་བྱ་བ་པ་ཐ་སྙད་དུ་ཡང་མི་བཞེད་པ་དང་། བདེན་  
ཚད་ཇི་ཅུམ་ཞིག་བཀག་པས་བདག་མེད་དུ་འཛོག་པའི་ཆ་དང་། དོན་དམ་དཔྱད་  
བྱེད་ཀྱི་རིག་ཤེས་ཇེས་དཔག་གི་སྒྲུབ་འོན་ཡོད་ཀྱང་ངེས་འོན་སྒྲུབ་བ་དེ་ལོག་པ་  
དང་། སྒྲོབ་ལས་གྱི་ཆོས་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲུབ་འོན་དང་  
རིག་འོག་ན་ཡང་ཀུན་རྫོབ་དངོས་ཤུགས་གང་གི་འང་ཡུལ་དུ་མེད་པ་དང་།  
འོན་ཀྱང་དོན་དམ་བདེན་པ་རིག་ཤེས་གྱིས་ཤེས་པ་དང་། འཇལ་བ་དང་། ཡུལ་  
ཡིན་པའི་རྣམ་གཞག་གཞོད་མེད་དུ་འཛོག་ཅིང་དེ་ལྟ་ན་འང་དོན་དམ་བདེན་པ་རིག་  
པས་དབྱུད་བཟོད་དུ་མི་འགྱུར་བར་བཞེད་པ་ལ་མི་མཐུན་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་

དོ།

དེའི་ཕྱིར། བོད་ཀྱི་མཁས་པ་སྲ་ཕྱི་གང་ཡིན་ཀྱང་རུང་སྟེ་རང་རྒྱུད་ཀྱི་  
གཏན་ཆེགས་ཁས་ལེན་པ་དང་། རང་རིག་དང་ཕྱི་དོན་གཉིས་ཀྱི་ཁས་ལེན་པ་  
གཞིར་གཞག་ནས་དེ་དག་ལས་ཁ་ཅིག་དོན་དམ་བདེན་པ་ཤེས་བྱ་མིན་པར་འདོད་  
པ་དང་། རིག་ཤེས་ཡུལ་མེད་དུ་འདོད་པ་དང་། ཁ་ཅིག་དོན་དམ་བདེན་པ་  
བདེན་གྲུབ་དུ་འདོད་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ནི། འཕགས་ཡུལ་གྱི་ཤིང་རྩ་ཆེན་སོ་  
གང་གི་འདུགས་དང་མི་མཐུན་གྱི་རང་དགར་རྣམ་པར་གཞག་པ་ཅམ་དུ་ཟེད་  
ལ་རིག་ཤེས་ཡུལ་མེད་དང་བདེན་གྲུབ་ཀྱི་ཆོས་ཁས་ལེན་པའི་གྲུབ་མཐའ་འཆའ་  
བ་ལ་དབུ་མའི་བྱི་ཅམ་ཡང་མི་བློ་འོ།

བོད་སྲ་ཕྱི་མང་པོ་ཞིག་ནི་འཆོ་ཡབ་སྐུས་ལ་སོགས་པའི་བཞེད་པ་བྱས་  
ནས་བྱང་སེམས་འཕགས་པས་ཆོས་ཉིད་མཛོད་སྐུ་སྤྱོད་གས་པའི་ཡེ་ཤེས་གང་  
ལ་ཡང་ཇི་ལྟ་བུ་མཁུན་པའི་ཡེ་ཤེས་སུ་སོང་བའི་དངོས་ཀྱི་གཞལ་བྱ་ནི། མེད་  
དགག་མ་ཡིན་པར་སྤང་སྟོང་ཆོགས་པའི་མ་ཡིན་དགག་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུ་ཡིན་པར་  
འདོད་དེ། དོན་དམ་དཔྱད་བྱེད་ཀྱི་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་གང་ལ་རིག་ཤེས་སུ་  
སོང་བའི་དངོས་ཀྱི་གཞལ་བྱའི་མཚན་ཉིད་ཀུན་རྫོབ་སྐྱུ་མ་ལྟ་བུར་འཛིན་པ་ནི། སྐྱུ་  
མ་རིག་བསྐྱུབ་པ་ཞེས་གྲགས་སོ། །དོན་དམ་བདེན་པའི་མཚན་གཞིར་ཀུན་རྫོབ་  
འཛིན་པ་ལས་ཐ་ཆད་པའི་དབུ་མ་པར་སྐྱ་བ་པོ་སུ་ཞིག་འབྱུང་བར་འབྱུར་།  
བདེན་སྟོང་དོན་དམ་བདེན་པ་ཡིན་ཀྱང་བདེན་སྟོང་གིས་ཁྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་སྐྱུ་

གུ་ལ་སོགས་ཀུན་རྫོབ་ཡིན་པ་མ་ཤེས་པའི་འབྲུལ་བའོ།།

འདི་དག་གི་རྣམ་དབྱེ་མ་ཤེས་པའི་དབུ་མའི་ལྷ་བ་སྦྱོར་བ་མན་ཆད་ནི།  
 དོན་དམ་བསྟོམ་པ་དང་། ཆོས་ཅན་ཀུན་རྫོབ་པའི་ཤུན་མི་སྤྱེད་པའི་མཁས་སྟོན་  
 བརྒྱ་ཕྱག་དུ་མས་སྟོགས་ཐམས་ཅད་དུ་བྱུང་བར་གྱུར་ཏེ། དེ་ལ་རང་རྒྱུད་པའི་  
 སྤེལ་རྟ་ཆེན་པོ་དག་གྲང་ཐོག་མར་ཞི་གནས་ལེགས་པར་བྱུང་བ་སྟོན་དུ་བཏང་  
 བས། དེའི་རྗེས་སུ་ལྷག་མཐོང་མཆོན་ཉིད་པ་བསྐྱབ་དགོས་པ་དང་། དེ་ལ་ཡང་  
 སྟོན་དུ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་བསྟོམ་ཞིང་དེའི་རྗེས་སུ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་  
 བསྟོམ་པར་བཞེད་པ་ལ་མི་མཐུན་པ་མེད་ལ་འོན་ཀྱང་རྣལ་འབྱོར་སྦྱོད་པའི་དབུ་  
 མ་བ་དག་གིས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་བསྟོམས་པའི་འོག་ཏུ་གཟུང་འཛིན་རྗེས་  
 གཞན་གྱིས་སྦྱོར་པའི་སྦྱོར་ཉིད་བསྟོམ་པ་དང་། དེ་ལ་སྦྱོར་བ་སྦྱེས་པའི་རྗེས་སུ་  
 ཤེས་པའང་བདག་མེད་དུ་གཏན་ལ་ཤབ་པའི་སྤྱ་བའི་སྦྱོར་ཉིད་བསྟོམ་པར་བཞེད་  
 དེ། དེའི་རིམ་པ་ནི། སྟོབ་དཔོན་སུཌེ་བཟང་པོས་མངོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་ཅེ་སྦྱོར་  
 གྱི་སྐབས་ཀྱི་འབྲེལ་བར་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །བདག་མེད་བསྟོམ་པའི་གོ་རིམ་  
 སོགས་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་དག་གི་བཞེད་པའི་ཕྱོགས་མཐོང་ན། བོད་ཀྱི་མན་ངག་མང་  
 པོ་ལ་བསྟོམ་པའི་གོ་རིམ་ཅམ་གྱིས་བདེ་ཡང་མ་ཆགས་པ་དག་ཡིད་བཏན་དུ་མི་  
 རུང་བའི་གནས་སུ་ཤེས་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གོ་སྤྱོད་པའི་སྤྱད་དུ་བྱུང་ཅམ་སྟོན་  
 ཀྱི་རྒྱས་པ་ནི་གཞུང་ཆེན་པོ་དག་དང་། རྗེའི་གསུང་རབ་ལ་ཞིབ་པར་སྦྱངས་ནས་  
 ཤེས་པར་བྱ་དགོས་སོ། །དེ་ནི་འཕགས་པ་ལྷ་སྐྱབ་ལུགས་དང་དབལ་ལྷན་ཆེ་

བས་ཇི་ལྟར་བཀལ་བའི་ལྷ་བ་མཐར་ཐུག་པ་དམིགས་ནས་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་སྒོ་  
ནས་གོམས་པར་བྱེད་པའི་ཚུལ་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་རྟོགས་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་སུ་  
ལོག་པའི་གོལ་ས་ཅུང་ཟད་བཤད་པར་བྱ་ཞིང་། རྒྱས་པར་ནི་གཞན་ལས་ཤེས་  
བར་བྱ་ལ། དེ་ཡང་མཐར་ཐུག་པའི་ལྷ་བ་བསྐྱེད་ས་ནས་ལྷ་ག་མཐོང་མཚན་ཉིད་པ་  
རྒྱད་ལ་བསྐྱེད་པ་ནི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་ཐེག་པའི་ཚུལ་ལ་ངས་པར་ཞི་གནས་  
མཚན་ཉིད་རྟོགས་པ་སྔོན་དུ་བསྐྱབ་དགོས་ཏེ། དེའི་རྒྱ་མཚན་རྒྱས་པར་རྗེ་ཉིད་ཀྱི་  
ལྷ་ག་མཐོང་ཆེ་ཆུང་གཉིས་ལས་ཞིབ་པར་གསུངས་པ་ལ་ཉན་པ་དང་ལྷ་བ་དང་  
སེམས་བས་ཤེས་པར་བྱ་དགོས་སོ།།

འོན་ཀྱང་ལྷ་བ་བསྐྱེད་ས་བས་ཡིད་འགྱུར་བའི་ཕྱོང་བ་འདོན་པ་ལ་ནི་ཞི་  
གནས་བསྐྱེམ་པ་སྔོན་དུ་འགོ་མི་དགོས་ཏེ། དེ་དགོས་ན་མི་རྟག་པ་སྒོམ་པ་དང་  
ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་དང་ངས་འབྱུང་དང་སྤྱིང་རྗེ་སོགས་ཐམས་  
ཅད་ལའང་ཡིད་འགྱུར་བའི་ཕྱོང་བ་འདོན་པའི་སྔོན་དུ་ཞི་གནས་བསྐྱེམ་པ་ལ་རག་  
ལས་པར་ཐལ་བའི་ཕྱིར་རོ།།

དེ་ལྟར་ཡང་མདོ་ལས། ཇི་ལྟར་ཁྱོད་ཀྱིས་བདག་གི་འདུ་ཤེས་ནི། །ཤེས་  
པ་དེ་ལྟར་ཀུན་ལ་སྒོས་སྒྱུར་བྱ། ཞེས་གསུངས་པ་སོགས་དང་། ཐོག་མར་ད་ལྷ་  
རྒྱད་ལ་སྐྱེ་སྤྱོད་ཞིང་དེ་ནས་ཆོས་གཞན་ལའང་ཁ་འཕོས་པས་སྐྱེ་སྤྱོད་པའི་དགོས་པ་  
སོགས་རྒྱ་མཚན་དུ་མས་ཐོག་མར་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་དང་། དེ་ནས་ཆོས་ཀྱི་  
བདག་མེད་བསྐྱེམ་པའི་གོ་ངེས་ལྷ་ག་མཐོང་གཉིས་སུ་གསུངས་པ་ལྟར་ངས་པ་

དེ་ལ་སྟག་མར་རྩིད་གྱིས་བྲངས་ངེས་རྣམ་འབྱེད་དང་། ཙ་འཇུག་  
 སྟག་གི་རྣམ་པའད་གཉིས་དང་། ལྷག་མཐོང་ཆེན་མོ་སྟག་སྐམས་ཅད་དུ་  
 དགག་པའི་རྣམ་གཞག་ཡང་ཡང་མཛད་པ་ནི། ད་ལྟའི་སྟོག་པ་པོ་དག་གིས་  
 བསྐྱས་པའི་ཆོག་ཙམ་གྱིས་དགག་སྐྱབ་བགྱི་བ་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་ཆེད་དུ་མ་  
 ཡིན་གྱི། རོན་དམ་དབྱེད་བྱེད་གྱི་ཙ་བའི་རྟགས་གྱི་བསྐྱབ་བྱ་དང་རྟགས་དེ་ལ་  
 བརྟེན་པའི་རིག་ཤེས་རྩིས་དཔག་གི་དངོས་སུ་རྟེན་པའི་གཞལ་བྱ་དང་རྩིས་དཔག་  
 དེའི་རྒྱན་གོམས་པར་བྱས་པའི་སྟོན་སྣ་ལྟ་བུ་བའི་ངེས་ཤེས་གྱི་འཛིན་སྣངས་  
 གྱི་ཡུལ་དུ་སོང་བ་དང་། ངེས་ཤེས་དེ་ཉིད་གྱི་རྒྱན་གོམས་པར་བྱས་པ་ལས་ཆོས་  
 ཉིད་མཛོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་སྐྱེས་པའི་གཞལ་བྱར་སོང་  
 བའི་དོན་རྣམས་ནི་མེད་དགག་ཡིན་པར་ཤེས་པའི་དོན་དུ་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ།  
 རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བ་བཅད་ཙམ་མ་གཏོགས་ཆོས་གཞན་སྟོ་ཡུལ་དུ་འཕངས་  
 པའི་མ་ཡིན་དགག་ཀུན་རྫོང་ཡིན་པས་རིག་ཤེས་གྱི་རྟེན་དོན་གྱི་དོན་དུ་འོངས་ས་  
 མེད་པར་ཤེས་པར་བྱ་བ་དང་། མེད་དགག་སྟོ་ངོར་དགག་བྱ་བཅད་ནས་ཆོས་  
 གཞན་མ་འཕངས་པ་ཙམ་ལ་འཛོག་མི་ཤེས་པར། སྟོང་ཉིད་མེད་དགག་ཡིན་ན་  
 ཆད་སྟོང་དུ་འགྱུར་བས་སྟོང་ཉིད་བསྟོམ་པའི་ཆེ་ཅི་ཡང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པར་སྐྱབ་  
 དགག་པའི་ཆེད་དང་། ལྷ་བ་སྟོང་བའི་ཆེ་ཡང་མ་ཡིན་དགག་བསྟོམ་པའི་གོ་ལ་

ས་གཙོན་པའི་དོན་དང་སྒོ་ཡུལ་དུ་འཆར་ཚུལ་ལ་མི་ལྷ་བར་ཆོག་ཙམ་ལ་འཆོལ་  
ནས། དོན་དམ་བདེན་པ་དོན་དམ་བདེན་པ་མིན་ཆོས་ཉིད་ཆོས་ཉིད་མིན་ཞེས་སྒྲ་  
བ་སོགས་ཀྱི་ལོག་རྟོག་དགག་པའི་ཆེད་དུ་འོ།

དེས་ན་ད་ལྟ་སྤྱང་དེའི་གཉིས་སྤྱང་རགས་པ་མ་ལོག་ཀྱང་དེས་དོར་ཀྱན་  
ཐོབ་ཀྱི་སྤྱང་ཆ་ལོག་པའི་དེས་ཤེས་ཀྱི་རྒྱན་སྒྲོང་ཚུལ་ལེགས་པར་ཤེས་ནས་  
བསྐྱངས་པས། དེས་དེའི་སྤྱང་ཉིད་ལ་གསལ་སྤྱང་ཆེར་སོང་བ་ཙམ་གྱིས་སྤྱང་  
དེའི་གཉིས་སྤྱང་ཇེ་སྒྲར་སོང་སྟེ། མཐར་སྤྱང་དོར་གཉིས་སྤྱང་སྤྱོད་ལོག་པ་  
དང་། དེས་དེའི་སྤྱང་ཉིད་དང་ཡུལ་ཅན་གྱི་སྒོ་ཆུ་ལ་ཆུ་བཞག་པ་བཞིན་དུ་འགྱུར་  
བ་ཡིན་གྱི། ད་ལྟ་དེས་དོར་ཡང་མ་ཡིན་དགག་ཀྱན་ཐོབ་འཛིན་སྤྱངས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་  
བྱས་ནས་བསྐྱངས་པས། དེ་གོམས་སྟོབས་ཀྱིས་གསལ་སྤྱང་ཇེ་ཆེར་སོང་བས་  
གཉིས་སྤྱང་གི་སྒྲོས་པ་ཇེ་ཆུང་དུ་འགོ་ན་ནི། ཡུལ་ཀྱན་ཐོབ་ལ་གསལ་སྤྱང་ཇེ་  
ཆེར་སོང་བས། ཀྱན་ཐོབ་ཀྱི་སྤྱང་བ་ཇེ་ཆུང་དུ་འགྱུར་བ་སོགས་ལས། རྒྱ་འབྲས་  
ཀྱི་འབྲེལ་བ་ལ་མཆོན་ཆེ་བ་ལྷན་པོ་སུ་ཞིག་གིས་ཤེས་པར་འགྱུར། དེ་བས་ན་  
བཤད་པ་བྱེད་པའི་ཆོ། གོང་དུ་བཤད་པའི་དགག་པའི་རྣམ་གཞག་ཇེ་རི་རྣམ་  
གཞག་རིམ་བ་ལས་འབྱུང་བ་དེ་དག་འགྲིག་འགྲིག་སྒྲ་ཤེས་ཀྱང་ལྷ་བ་སྒྲོང་བའི་  
ལུགས་སུ་བྱས་པ་ན་དེ་དག་མི་བློན་པ་བཤད་དང་ཉམས་ལེན་སོ་སོར་སོང་བའི་  
རྟོགས་ཡང་དག་ཏུ་ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག །

ད་ལྟ་ནས་གང་ཟག་དང་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་བསྟོམ་པ་གང་ལ་ཡང་

མཉམ་གཞག་དུ་དགག་བྱ་ནས་པར་བཅད་ཅམ་གྱིས་མེད་དགག་ངེས་ཡུལ་དུ་  
བྱས་པ་ནས་མཁའ་ལྷ་བྱའི་རྣལ་འབྱོར་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་དང་། དེ་ལས་ལངས་  
པའི་རྗེས་ཐོབ་དུ་སྐྱེ་མ་ལྷ་བྱའི་རྣལ་འབྱོར་ཡིད་ལ་བྱེད་ཚུལ་ལེགས་པར་ཤེས་  
ནས་བསྐྱོམ་པ་དགོས་ཤིང་། ཉམས་མཁའ་ལྷ་བྱ་ཞེས་པ་ནི། ཉམས་མཁའ་ལ་མཐའ་  
དབུས་ཀྱི་དབྱེ་བ་གང་ཡང་གཟུང་དུ་མེད་པ་ལྟར་སྐྱོས་གང་དུ་མི་འཛིན་པ་ཅི་ཡང་  
ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པར་འཛོག་པ་ལ། གཞན་དག་འདོད་པ་ལྟར་མ་ཡིན་གྱི་ནམ་  
མཁའ་ལ་ཐོགས་པའི་རིག་བྱ་བཅད་ཅམ་དུ་གནས་པ་དང་མཚུངས་པར་ལྷན་པ་  
རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་པར་བཅད་ཅམ་དུ་གནས་པའི་ཆོས་ཉིད་ངེས་ཡུལ་དུ་བྱས་  
ནས་བསྐྱོམ་པའི་དོན་དུ་བདག་གི་སྒྲ་མ་བཞེད་དོ།

དེ་ལ་ཡང་རིགས་པ་ལ་སྒྲོ་བ་སྤྱོད་པ་ལ་བདག་མེད་རིགས་པའི་ལམ་  
ནས་ངེས་པ་སྐྱེ་བའི་རྒྱན་སྒྲིང་ཚུལ་དང་། ཟབ་མོ་སྒྲིང་པ་ཉིད་ལ་སོས་པ་ཅམ་  
ཡོད་ཀྱང་ཐབས་གང་གིས་ཀྱང་ད་ལྟ་རིགས་ལམ་དུ་འཇུག་མི་རྣམས་པའི་དབང་པོ་  
རྒྱལ་པོ་ལ་མཐའ་གཉིས་སུ་མི་འཛིན་པར་རང་བཞིན་མེད་པའི་དམ་བཅའི་དོན་  
འཛིན་སྤངས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་དཔྱོད་པའི་ཡིད་དཔྱོད་གོམས་སུ་འཇུག་པའི་སྒྲོ་ནས་སྒྲིང་  
ཉིད་ལ་བག་ཆགས་འཛོག་པ་སོགས་ཀྱི་དགོས་པ་བསྐྱུབ་པ་ལྟར་ལེན་པའི་འབྲིད་  
ཚུལ་སོ་སོར་ཤེས་པ་དང་། སྒྲིང་ཉིད་བསྐྱུན་པའི་སྒྲིང་དུ་རུང་མི་རུང་བརྟགས་  
ནས་འབྲིད་པ་སོགས་ཀྱི་ནམ་གཞག་ལེགས་པར་ཆགས་ནས་འབྲིད་པ་དགོས་  
སོ། །དེ་ཡང་བདག་མེད་རིགས་པས་ངེས་པའི་ངེས་ཤེས་སྒྲིང་རྒྱ་མེད་ན་ཡིད་



དབྱེད་ཅམ་གྱིས་སྒྲོ་འདྲགས་གཙང་མི་རྩས་སོ།

བོད་ཀྱི་བསམ་གཏན་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་གཏམ་ལས། རིགས་པས་ལྷ་  
བ་བཙལ་མི་དགོས་ཀྱི། ཆོས་གང་ལ་ཡང་འདི་ཡིན་འདི་མིན་སོགས་གང་གི་  
ཡང་ངོས་བཟུང་བྱ་ས་མེད་པ་དེ་གནས་ལུགས་ཀྱི་གཤིས་ཡིན་པས། དེ་ལ་  
སེམས་ཀྱིས་ཀྱང་འདི་ཡིན་འདི་མིན་སོགས་གང་དུའང་མི་འཛིན་པར་འཛོག་པ་དེ་  
གནས་ལུགས་དང་མཐུན་པར་འཛོག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན་ཡུལ་ཅིར་ཡང་མ་གྲུབ་  
པ་ལ་སྒྲོས་ཀྱང་ཅིར་ཡང་མི་འཛིན་པར་གང་དུའང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པའི་ངང་ལ་  
འཛོག་པ་ནི་གནས་ལུགས་བསྒྲོམ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ།

ཡུལ་ཅིར་ཡང་མ་གྲུབ་པ་ཞེས་པ་འདི་ཡིན་འདི་མིན་གང་དུའང་གཟུང་  
བྱར་མ་གྲུབ་པ་ལ་འདྲོད་པར་འདུག་པས་ཆད་ལྷ་ཆེན་པོ་སྒྲོན་མེད་པ་དེ་ནི་སྐར་  
འདེབས་མཐར་ཐུག་པ་ཡིན་གྱི་དེ་ལྟར་འཛིན་པ་ནི་གནས་ལུགས་ཀྱི་ལྷ་བ་མིན་ལ་  
ཅི་ཡང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པར་འཛོག་པ་ནི་རྒྱ་ནག་ནུ་ཤང་གི་སྒྲོམ་ལུགས་སོར་  
བཞག་ཡིན་གྱི་གནས་ལུགས་བསྒྲོམ་པའི་དོན་མེད་ཅིང་བྱེད་རང་གནས་ལུགས་  
སྤྱ་འདྲོད་པའི་ཡུལ་ཅིར་ཡང་མ་གྲུབ་པ་དེ་གང་དུའང་མ་གྲུབ་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་  
བརྟེན་ནས་ངེས་པ་ལྷ་བ་སྒྲོང་པའི་སྒྲོན་དུ་འགོ་དགོས་ན་ལྷ་བ་སྒྲོང་པའི་སྒྲོན་དུ་ལྷ་  
བ་རིག་པས་ངེས་མི་དགོས་པ་འགལ་ལ། ཡུལ་ཅིར་ཡང་མ་གྲུབ་པ་མ་ངེས་ཀྱང་  
ཅི་ཡང་ཡིད་ལ་མ་བྱས་པ་ཅམ་གྱིས་གནས་ལུགས་བསྒྲོམས་པར་འགྱུར་ན་གཉིད་  
འཐུག་པོ་ལོག་པ་དང་བརྒྱལ་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆོའང་གནས་ལུགས་བསྒྲོམ་པར་

ཏ་ཅང་ཐལ་ལོ། །དུ་ཤང་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཐབས་ཀྱི་ཆ་ལ་སྐྱར་བ་འདེབས་ལ་ཁོ་བོ་  
ཅག་ཐབས་ཀྱི་ཆ་ལ་འང་སྒྲོབ་པས་བྱད་པར་ཡོད་དོ་ཞེས་སྒྲུས་པས་ནི་ལྷ་སྒྲོམ་བྱད་  
པར་མེད་པ་གསལ་བར་ཁས་སྒྲུངས་ཏེ། གཞན་དུ་ན་ལྷ་སྒྲོམ་ལ་འང་བྱད་པར་  
འདི་ལྷ་བྱ་ཡོད་དོ་ཞེས་སྒྲུ་རྒྱུ་དགོས་པ་ལ་མི་འདུག་པའི་ཕྱིར་རོ།

ཡང་ཁ་ཅིག་ལྷ་བ་རིགས་པས་གཏན་ལ་ཐབ་པའི་སྒྲོན་སྐྱུ་བ་རྙེད་པ་  
དགོས་ཀྱང་། དེ་ལྷར་ལྷ་བ་རྙེད་ཕྱིན་ཆད་གང་ཟག་དེས་ཅིར་ཡང་མི་རྟོག་པར་  
བཞག་པ་ཉིད་ཀྱིས་ལྷ་བ་སྒྲོང་བ་དང་གནས་ལུགས་བསྒྲོམ་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་  
འདོད་པའང་གང་ཟག་དེས་ལྷ་བ་རྙེད་ཕྱིན་ཆད་གཉིད་འཐུག་པོ་ལོག་པ་དང་ནི་  
གནས་རྒྱུད་པ་བསྒྲོམ་པ་སོགས་ཐམས་ཅད་གནས་ལུགས་བསྒྲོམ་པར་ཏ་ཅང་ཐལ་  
བ་སོགས་གནོད་བ་དུ་མ་ཡོད་དོ།

ཡང་ཁ་ཅིག་མི་རྟོག་པ་བསྒྲོམ་རེས་ཀྱིས་སྤྲོན་དུ་སོ་སོར་རྟོག་པའི་དབྱུང་  
པ་ཆར་རེ་བྱས་ནས། དེའི་རྗེས་སུ་མི་རྟོག་པར་གང་བཞག་ཐམས་ཅད་སྤོང་ཉིད་  
བསྒྲོམས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཟེར་བ་ལ་འང་གཉིད་ལོག་ཁར་སོ་སོར་རྟོག་པའི་  
ཤེས་རབ་ཀྱིས་དབྱུང་པ་ཆར་གཅིག་བྱས་ནས་དེའི་རྗེས་སུ་གཉིད་འཐུག་པོ་ལོག་  
པ་གནས་ལུགས་བསྒྲོམ་པར་ཐལ་བ་སོགས་ཏ་ཅང་ཐལ་བ་དུ་མ་ཡོད་མོད་ཀྱི་  
རྒྱས་པར་རྗེའི་གསུང་རབ་ལྷག་མཐོང་ཆེན་མོ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ།

ཡང་གང་ཟག་རྗེ་ལྷར་གྲུབ་བཅའ་བས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་གྲུབ་པར་ངེས་པ་  
སྒྲེས་སྒྲེས་ཀྱི་བར་དུ་དབྱུང་། ངེས་པ་སྒྲེས་པ་དང་དེ་ཉིད་ལ་དྲན་པས་བརྒྱངས་

ནས་སེམས་གཡོ་མེད་དུ་འཛོག་ཅེས་ཟེར་བ་དང་། སེམས་གང་དུ་གྲུབ་བཅའ་  
 བས་གང་དུ་འང་མ་གྲུབ་པར་ངེས་པ་རྟེན་བ་ན་དེ་ཉིད་ལ་བྱན་པས་བཟུངས་ནས་  
 གཡོ་མེད་དུ་འཛོག་ཅེས་ཟེར་བ་ནི་ལྷག་མཐོང་ཆེན་མོ་ལས། ཁ་ཅིག་ན་རེ། དེ་  
 ལྷར་སྒྲུ་མ་གསུམ་མི་འདོད་ཀྱི་སྤྲོད་ཉིད་བསྒྲོམ་པའི་ཆེ་སྤྲོད་ཉིད་ལ་ངེས་པ་བྱངས་  
 ཏེ་དེ་ནས་དེའི་དོན་ལ་སེམས་བཟུངས་ནས་དེ་ལས་གཞན་དུ་མི་དཔྱོད་པར་འཛོག་  
 པ་ནི་སྤྲོད་ཉིད་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་བསྒྲོམ་པ་ཡིན་ཏེ། ལུགས་དང་པོ་ལྷར་སྤྲོད་  
 ཉིད་ལ་སྒྲོ་ཁ་མ་ཕྱོགས་པ་ཡང་མེད་ལ། ལུགས་གཉིས་པ་ལྷར་མི་རྟོག་པར་སྤྲོད་  
 བའི་ཆེ་སྤྲོད་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་བ་བྱན་པར་མི་བྱེད་པའང་མིན་ཞིང་། ལུགས་གསུམ་པ་  
 ལྷར་ལྷ་བའི་དབྱུད་པ་སྤྲོད་དུ་བཏང་ཡང་དེ་ནས་ལྷ་ཐོག་དུ་མི་གནས་པའི་མི་རྟོག་  
 པ་ཡང་མིན་པའི་ཕྱིར་རོ་སྒྲུ་ན། འདི་ནི་ལྷ་བའི་དབྱུད་པ་བྱས་ཟེར་བའི་དོན་ལྷ་  
 བ་བྱན་ཅམ་བྱས་ནས་ལྷ་ཐོག་དུ་འཛོག་སྒྲོམ་ཁོ་ན་བྱེད་པ་ལ་སྤྲོད་ཉིད་བསྒྲོམས་  
 པར་འདོད་པ་ཡིན་པས་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྷར་ན་དུ་ལྷ་སྤྲོད་ཉིད་ལ་འཛོག་  
 སྒྲོམ་བྱེད་པའི་ཞི་གནས་ཅམ་ཡོད་ཀྱི་དབྱུད་སྒྲོམ་ལྷག་མཐོང་གི་སྤྲོད་ཚུལ་མེད་  
 པས། ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་ཕྱོགས་སྒྲུ་མ་དེ་ཡིན་པས་རྗེའི་གསུང་གིས་  
 དམིགས་ཕྱག་ནས་བཀའ་པའི་དགག་ཡུལ་གྱི་འདོད་པ་དེ་རྗེའི་བཞེད་པར་སྒྲུ་བར་  
 མི་བྱའོ།།

དེ་ཡང་སྤྲོད་ཉིད་ངེས་པའི་ངེས་ཤེས་ལྷངས་ཀྱིས་སྒྲུས་པ་ཅམ་ན་དེའི་ངང་  
 ལ་དབྱུད་པ་མི་བྱེད་པར་གཡོ་མེད་དུ་བཞག་པས་རིག་པ་རར་དང་ལྷན་པའི་བྱང་

སིང་ངེ་བ་ལ་རྟོག་པ་རིགས་མི་མཐུན་གཞན་གང་ཡང་མི་འཕྲོ་བར་ཡུན་རིང་ཐུང་  
 ཅི་རིགས་སུ་གནས་པ་བྱུང་བ་ན་རིག་པ་ངར་དང་ལྷན་པའི་གསལ་ཆ་ཡོད་པ་དང་  
 སྟོང་ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་རྒྱན་ཡིན་པ་ཙམ་ལ་སྟོང་ཉིད་ངེས་པའི་ངེས་ཤེས་ཀྱི་  
 རྒྱགས་མ་ཡལ་བར་འབྲུལ་བའི་ནོར་བ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཞིང་། རིག་པ་ངར་ཐོན་པའི་  
 གསལ་ཆ་ཡོད་པ་ནི་ཞི་གནས་རྒྱུད་པ་མཚན་ཉིད་པ་ལ་འབྱུང་བ་ལྷ་ཅི་སྟོས། སྲིང་  
 བ་བྲ་མོ་ཡང་ཆོད་པའི་སེམས་གནས་ཐམས་ཅད་ལ་འབྱུང་ལ་རིགས་པས་དགག་  
 བྱ་བ་གག་པའི་སྟོང་ཉིད་ངེས་ཏེ་དེ་འདྲའི་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཤར་བའི་སྟོན་ས་  
 དམིགས་ཡུལ་དུ་བྱས་པའི་འཛོག་སྟོན་ནི་ཞི་གནས་རྒྱུད་པ་ལ་འང་ཡོད་པས་ལྷ་  
 བའི་སྟོང་ལྷགས་སུ་འགོ་བ་ནི་འཛོན་སྟངས་ཀྱི་སྟོང་རྩལ་ལ་རག་ལས་པར་ལྷག་  
 མཐོང་ཆེ་རྒྱུད་གཉིས་ལས་ཞིབ་པར་གསུངས་པ་ཤེས་དགོས་སོ།།

ད་ལྷ་ལྷ་བ་སྟོང་བའི་འཛོག་སྟོན་ནི་ངེས་ཤེས་སྟེས་པའི་ངར་ལ་སེམས་  
 དམིགས་པ་གཞན་ལ་ཡོངས་ཀྱིས་དོགས་པ་དང་རིག་པའི་ངར་ཤོར་དུ་དོགས་པ་  
 དང་དམིགས་ཡུལ་མ་བཟེད་ཙམ་གྱི་བྱན་ཤེས་བསྟེན་ནས་གཡོ་མེད་དུ་འཛོག་པ་  
 ཙམ་མིན་པའི་འཛོག་ལྷགས་ཁྱད་པར་བ་རང་དང་། དེ་ཡང་འཛོག་ཡུན་མི་རིང་  
 བར་ཡང་ཡང་དཔྱོད་པ་དང་། ཐོག་མར་དཔྱོད་པ་དང་འཛོག་པའི་བར་བར་དུ་  
 དཔྱོད་པའི་དཔྱོད་རྩལ་གྱི་ཁྱད་པར་སོགས་ལེགས་པར་ཤེས་པ་ཞིག་གིས་བསྐྱུང་  
 དགོས་ཀྱི། དེ་ལྷ་མིན་པར་ངེས་ཤེས་ཀྱི་རྒྱན་སྟོང་བར་རྩོམས་ཀྱང་རྩོམས་པ་ཙམ་  
 དུ་ཟད་དོ།།



དག་གང་དུའང་མ་རྟེན་པ་ཉིད་ཀྱི་མཐར་ཕྱུང་ཟད་ཀྱང་མ་གྲུབ་པར་འཛིན་ན་ནི་ང་  
གཞི་མ་གྲུབ་པར་ལྟ་བའི་ལོག་ལྟ་ཡིན་པས་ལྟ་བ་སྦྱོང་བའི་མི་མཐུན་ཕྱོགས་རང་  
ཡིན་ལ། ང་ལུས་ཀྱི་སྤྱི་ནང་གང་རུང་གཅིག་གི་འདི་འདྲ་ན་ཡོད་ཅེས་བྱ་བ་དང་  
ལུས་ཀྱི་སྟོད་སྟངས་བར་གསུམ་འདི་འདྲ་ཞིག་ན་འདུག་ཅེས་མ་རྟེན་ཀྱང་ང་ཡོད་  
པར་ཆོད་མས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་དང་ང་ཡོད་ན་ང་ཁོ་རང་གང་ལ་བརྟེན་ནས་འདོགས་  
པའི་གདགས་གཞིའི་གསེབ་ནས་སྤྱི་ནང་སོགས་གང་རུང་གཅིག་ན་ཡོད་མི་  
དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ།

ང་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན། ལུས་ཀྱི་སྤྱི་ནང་དང་སྟོད་སྟངས་བར་གསུམ་  
གང་རུང་ན་ཡོད་དགོས་པ་ལ་དེ་དག་ན་མི་འདུག་པས་ང་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་དོ་  
སྟུང་དུ་བསྟོན་པ་ཡིན་ན་ནི་ཕོན་ཏུ་མི་རིགས་ཏེ། ང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་ན་གྲུབ་  
ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡོད་ཅེས་དཔྱོད་བ་ནི། ཡོད་པ་ལ་གཅིག་དང་དུ་མར་ཁ་ཆོན་ཆོད་  
པས་བདེན་པར་ཡོད་ན་ཡང་བདེན་པའི་གཅིག་དང་བདེན་པའི་དུ་མ་གང་རུང་དུ་  
ཡོད་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེ་གཉིས་གང་དུའང་མེད་ན་བདེན་པར་མེད་དགོས་ལ།  
དེའི་ཕྱིར་གཅིག་དང་དུ་བལ་གྱི་རྟགས་ཀྱིས་བདེན་མེད་དུ་ངེས་པར་བྱེད་པ་ལྟར།  
གྲུབ་ན་གྲུབ་ཚུལ་འདི་དང་འདི་གང་རུང་གཅིག་ཏུ་གྲུབ་དགོས་ཞེས་ཁ་ཆོན་ཆོད་  
བ་ཞིག་གིས་བརྟག་པ་བྱས་ནས། གྲུབ་ཚུལ་དེ་དག་གང་དུའང་མ་རྟེན་ན་མེད་  
པའི་ངེས་པ་སྟེ་བར་རིགས་ཀྱི། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་ཀྱང་གྲུབ་ཚུལ་དེ་དག་ཏུ་  
ཡོད་མི་དགོས་པ་ལ། གྲུབ་ཚུལ་དེ་དག་ཏུ་མེད་པས་རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པར་

ངེས་ཤེས་འདྲན་མི་རྣམས་ལ། ང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་ནང་ལུས་ཀྱི་བྱིན་པ་དང་  
 སྟོང་སྟངས་བར་གསུམ་གང་རུང་ན་ཡོད་མི་དགོས་ཏེ། ང་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན་  
 ང་རང་གི་ལུས་དང་རང་བཞིན་གྱིས་གཅིག་ཐད་དང་གང་རུང་དུ་ཡོད་དགོས་ལ།  
 ལུས་དང་རང་བཞིན་གྱིས་གཅིག་ཏུ་ཡོད་ན་དེ་དང་ཐད་དང་གཏན་མེད་ཀྱི་གཅིག་ཏུ་  
 ཡོད་དགོས་ཤིང་ལུས་དང་གཅིག་ཡིན་ན་དེའི་ཡོད་པ་ལུས་ཀྱི་ཆ་གང་ན་ཡོད་ཅེས་  
 དཔྱོད་པ་འབྲེལ་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། ལུས་དང་རང་བཞིན་གྱིས་ཐད་དང་ཡིན་  
 ནའང་ལུས་དང་འབྲེལ་མེད་དོན་གཞན་ཡིན་དགོས་ལ། ལུས་དང་འབྲེལ་མེད་  
 དོན་གཞན་ཡིན་ན་དེའི་ཡོད་པ་ལུས་ཀྱི་ཆ་གང་ན་ཡོད་ཅེས་དཔྱོད་པ་འབྲེལ་མེད་  
 ཆེན་པོར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ།།

དེས་ན་དཔྱོད་ཚུལ་དེ་འདྲས་ངེས་པ་བསྐྱེད་ཐུབ་ན་ནི། ང་རང་བཞིན་  
 མེད་པར་བསྐྱབ་པ་ལ་ལུས་ཀྱི་བྱིན་པ་དང་མེད་ནང་ནའང་མེད་པ་རྟགས་སུ་བཀོད་  
 པ་རྟགས་ཡང་དག་ཏུ་བྱ་དགོས་པས་དེ་འདྲའི་རྟགས་ཡང་དག་གི་ལྷོག་བྱུང་  
 སོགས་བསྐྱབ་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་བསམ་པར་བྱ་དགོས་སོ། །དེ་བས་ན་གདུལ་བྱ་  
 དབང་རྒྱལ་དབྱེད་པ་བྱེད་ཚུལ་གཏན་ནས་ཤེས་མི་རྣམས་ཤིང་སྒྲ་མའི་ཆོག་ལ་ཡིད་  
 ཆེས་ཀྱི་དད་པ་ཡོད་པ་ལ་དགོས་པའི་དབང་གིས་དམ་བཅའ་ཡིད་དཔྱོད་ཀྱིས་  
 སྟོང་ཚུལ་ཅམ་ཞིག་སྟོན་ན་མ་གཏོགས། ལྷ་བའི་ངེས་ཤེས་སྟོང་ན་ངེས་ཤེས་  
 རིགས་པ་ལྟར་སྒྲུང་ལས་སྐྱེ་བ་མི་འཐད་པས་དཔྱོད་ཚུལ་ཡང་དག་ཏུ་སོང་བ་ཞིག་  
 དགོས་སོ། །འདི་འདྲ་བའི་དཔྱོད་ཚུལ་ལྟར་སྒྲུང་གང་བྱུང་བྱུང་ནི་ཇི་ཇི་ཐམས་ཅད་

མཁུན་པས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པའི་ལྷ་བ་སྒྲོང་བ་ལ། གནད་བཞི་ཚང་  
 དགོས་པར་གསུངས་པའི་ལམ་བཟང་པོ་བོར་ནས་རང་དགར་བོད་ཀྱི་བསམ་  
 གཏན་བ་རྣམས་ཀྱི་ཁ་བརྒྱགས་ལ་འབྲངས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པས་གནད་བཞི་  
 ཚང་དགོས་པར་གསུངས་པའི་གནད་གཉིས་པ་དེ་ཤེས་པར་བྱས་ནས་དབྱེད་ཚུལ་  
 ཡང་དག་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲུས་པའི་ཚད་མའི་ངེས་པ་བྱངས་ཏེ་གདོད་ངེས་ཤེས་  
 བསྐྱངས་པར་བྱའོ།

དེ་བཞིན་དུ་ངའི་ཁ་དོག་ཇི་ལྷ་བ་བྱེད་འདུག་དབྱིབས་ཇི་ལྷ་བ་བྱེད་འདུག་  
 ཅས་དབྱེད་པ་སོགས་ཀྱང་དབྱེད་ཚུལ་ལྟར་སྒྲུང་རང་འབའ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། རང་གི་  
 ལུས་ཀྱི་ཁ་དོག་སྒྲོས་ངས་དང་དཀར་ཤམ་དང་ལུས་དབྱིབས་རིང་བ་དང་ཚུ་ཞིང་  
 གཤམ་པ་སོགས་ཇི་ལྷ་ར་ཡོད་པ་དེ་ངའི་ཁ་དོག་དང་དབྱིབས་ལ་སོགས་པ་ཡིན་གྱི།  
 དེ་དག་ངའི་ཁ་དོག་དང་དབྱིབས་སུ་འཛོག་མི་ཐུབ་ན་ཡིད་རྟོག་དང་བྱམ་པ་སོགས་  
 ཀྱི་དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་གི་མཚན་གཞི་གཟུང་རྒྱ་མི་རྟེན་ཅིང་། ངའི་ལག་བ་ན་  
 བས་ང་ན་བ་སོགས་སུ་འང་བཞག་མི་ཐུབ་པས་ཐ་སྙད་ཐམས་ཅད་ལ་སྐྱར་བ་  
 འདེབས་དགོས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ངའི་ཁ་དོག་དང་དབྱིབས་འདི་ལྷ་བ་བྱེད་  
 འདུག་ངོས་གཟུང་རྒྱ་མི་འདུག་གོ་སྒྲུལ་དུ་འཛིན་པ་ནི་སྒྲ་རྟག་འཛིན་རྟོག་པ་དང་  
 མཚུངས་པའི་ལོག་ཤེས་ཡིན་པས་དེ་འདྲ་ཆེད་དུ་གཉེར་ནས་བསྒྲུལ་པ་ལས་ཐ་  
 ཆད་པ་ཅི་ཞིག་འབྱུང་བར་འགྱུར། ང་ནི་སྒྲོ་བསངས་སོང་ནི་སྐྱར་པོའི་རིང་པོའི་  
 མཛེས་པའོ་སྒྲུལ་པ་སོགས་སུ་འཛིན་པ་སྒྲོ་སྒྲུན་སྒྲུས་ལ་འང་ཡོད་པར་སྒྲོང་བས་



གྲུབ་བཞིན་དུ། རའི་ཁ་དོག་དང་དབྱིབས་ཇི་ལྷ་བྱ་ཞིག་ཏུ་འདུག་སེམས་སུ་  
བཅུག་པའི་ཆོ་འདི་ལྷར་འདུག་སྒྲིམ་བྱུང་ན་ནི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་ལ་ཡང་མ་  
བྱང་བའི་སྒོངས་པའམ། ཡང་ན་ཡིད་ལ་ཤར་ཡང་སྒྲིམ་ན་བཞད་གང་དུ་འགྱུར་  
གྱིས་དོགས་ནས་རག་ཏུ་སྒྲིམ་ཅུས་པ་གང་རུང་ཞིག་ཏུ་གདོན་མི་ཐ་བའི་ཆད་མས་  
མ་རྟེན་པ་མིན་ནོ།

དེ་དག་དཔྱོད་ཚུལ་ཡང་དག་ཡིན་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནའང་ལུས་ཀྱི་སྤྱི་  
ནང་སོགས་གང་ནའང་མི་འདུག་གོ་སྟུང་པ་དང་ཁ་དོག་དང་དབྱིབས་ལ་སོགས་  
པ་ཇི་ལྷ་བྱ་ཞིག་ཏུ་འང་མ་གྲུབ་པོ་སྟུང་དུ་བསྒྲོམ་པ་ནི་གང་ཟག་རང་བཞིན་མེད་  
བར་བསྒྲུབ་པའི་རྟགས་ཀྱི་ཕྱོགས་ཆོས་བསྒྲོམས་པར་འགྱུར་གྱི་གང་ཟག་རང་  
བཞིན་མེད་པ་བསྒྲོམས་པར་ག་ལ་འགྱུར། དེ་བཞིན་དུ་རིགས་པ་ཡང་དག་གིས་  
དབྱུང་པའི་ཆོའང་ལུང་པོ་དང་རང་བཞིན་གྱིས་གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་དུ་འང་མ་  
གྲུབ་པོ་སྟུང་དུ་བསྒྲོམས་པ་དང་། བདག་དང་གཞན་དང་གཉིས་ཀ་དང་རྒྱ་མེད་  
ལས་སྤྱི་བ་མེད་དོ་སྟུང་དུ་བསྒྲོམ་པ་སོགས་ནི་གང་ཟག་དང་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་  
གཏན་ལ་འབབས་པའི་རྟགས་ཀྱི་ཕྱོགས་ཆོས་བསྒྲོམ་པ་ཡིན་གྱི་བདག་འཛིན་  
གཉིས་དང་འཛིན་སྟངས་འགལ་བའི་བདག་མེད་བསྒྲོམ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྤྱི་བྱས་  
བར་བསྒྲོམ་པ་སྤྱི་རྟག་འཛིན་རྟག་པ་དང་འཛིན་སྟངས་དངོས་སུ་འགལ་བའི་སྤྱི་  
རྟག་པ་བསྒྲོམ་པ་མིན་པ་བཞིན་ནོ། །དེས་ན་དེ་དག་བསྒྲོམ་པ་ནི་ལྷ་བསྐྱོང་བ་མ་  
ཡིན་ནོ།

ཡང་དབྱེད་པ་བྱས་པའི་རྒྱུ་ལྟེན་ལྟེན་སྐྱེས་པའི་ངང་ལ་འཛོམས་པའི་  
 ལྷ་བ་དངོས་གཞི་སྐྱོང་ལུགས་ལ། གང་ཟག་ཅེས་བྱ་བ་རང་བཞིན་གྱིས་བྱུང་བ་  
 ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་ཀྱི་རྟོག་པས་བཏགས་པ་ཙམ་དུ་ཟད་དེ་སྐྱེས་དུ་བསྐྱོན་པ་དང་།  
 ལུས་ལ་སོགས་པ་གཞན་རྣམས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བསྐྱོན་པ་ནི་མ་ཡིན་དགག་ཀྱན་རྒྱུ་  
 དེས་ཡུལ་དུ་བྱས་ནས་སྐྱོང་བ་ཡིན་པས་སྐྱོང་ལུགས་ལེགས་ན་རྒྱུ་མ་ལྟ་  
 བུའི་སྐྱོང་ལུགས་སུ་འགྲོར་རུང་བ་ཙམ་ཡིན་གྱི། མཉམ་གཞག་གི་ལྷ་བ་སྐྱོང་  
 ལུགས་ཀྱི་སྤྱོད་ཅམ་ནའང་མེད་དེ། རིག་ཤེས་ཀྱི་དཔེ་ཡུལ་དུ་གང་སོང་བ་དང་  
 དོན་དམ་བདེན་པར་གང་སོང་བ་དེ་མེད་དགག་ཡིན་དགོས་པའི་ཚུལ་གོང་དུ་  
 བཤད་ཟིན་པ་ལྟར་ཡིན་པས་ཀྱན་རྒྱུ་ཀྱི་དཔེ་ལྟེན་བསྐྱོན་པ་གནས་ལུགས་  
 བསྐྱོན་པར་འབྱུང་བ་ནི་ཐལ་རང་གང་གི་འང་ལུགས་ལས་གོལ་བའི་ཞོར་བ་མི་  
 འཆོམ་པ་སྟེ། འདི་འདྲ་བའང་རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་རིགས་ཤེས་ཀྱི་རིག་ངོ་  
 དང་གནས་ལུགས་རྟོགས་པའི་མཉམ་གཞག་གི་ངོར་ཡུལ་དུ་སོང་བ་ནི་མེད་  
 དགག་ཁོ་ན་ཡིན་པར་རྒྱས་པར་བསྐྱུབ་པའི་ཚུལ་གོང་དུ་སྟོན་པ་དེ་ལྟ་བུ་དག་  
 བཤད་པ་བྱེད་པའི་ཆོ་ཆོག་ཏུ་ལན་དུ་མར་བཞེད་ཀྱང་། ཉམས་ལེན་བྱེད་པར་  
 བསྐྱོན་པའི་ཆོ་དེ་དག་ཁྱད་དུ་བསད་ནས་བོད་ཀྱི་ལྷ་བ་སྐྱོང་པའི་གདམས་ངག་ཏུ་  
 བྱས་པ་སྐྱ་མ་ཁ་ཅིག་དང་བསམ་གཏན་པ་སྐྱ་མ་ཁ་ཅིག་གི་ཟེར་སྟོན་ཀྱི་རྒྱུ་སུ་  
 འབྱངས་པ་ལས་བྱུང་བར་ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག །

ཡང་ཁ་ཅིག་སེམས་འདི་ཁ་དོག་དང་དབྱིབས་གང་དུ་བྱུང་འདུག་ལེགས་

པར་བརྟགས་པའི་ཆོ་དེ་དག་གང་དུ་ཡང་མ་གྲུབ་པར་མཐོང་བ་དེ་ཉིད་སེམས་  
 མཐོང་བ་ཡིན་ཞེས་ཟེར་བ་ནི། རྩོམ་པ་རིང་བ་དེ་ཉིད་བོང་བུའི་མགོ་ལ་ཡོད་དམ།  
 རྩའི་མགོ་ལ་ཡོད་བརྟགས་པ་ན་དེ་གཉིས་ཀ་ལ་མི་འདུག་པར་མཐོང་བ་དེ་རྩ་  
 མཐོང་བ་ཡིན་པར་འདོད་བ་དང་བྱད་པར་མེད་ལ། ཡང་བསམ་གཏན་པ་ཁ་ཅིག་  
 སེམས་དེ་གཉིས་གང་དུ་འདུག་བརྟགས་པས་དེ་གཉིས་གང་དུ་འང་མ་རྟོག་པ་ན་  
 དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་སེམས་ཞེས་བྱ་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་གྲུབ་པ་མེད་དོ་སྟེ་དུ་བསྟོམ་པར་  
 འདོད་བ་ནི། བྱི་དེ་ཉིད་སེང་གེར་ཡོད་དམ་ལྟར་ཡོད་བརྟགས་པས་དེ་གཉིས་  
 གང་དུ་འང་མེད་པར་ངེས་པ་ན་དེའི་ཕྱིར་བྱི་ཞེས་བྱ་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་གྲུབ་པ་མེད་  
 དོ་སྟེ་དུ་བསྟོམ་པ་དང་འབྲ་སྟེ། བྱ་མཆན་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལ་བརྟེན་ནས་ཐ་སྟངས་ལ་  
 སྐར་འདེབས་ཀྱི་ཆད་ལྷ་བསྟོམ་བཤོ། །དེ་བཞིན་དུ་དེ་ལྟར་དབྱད་པས་སེམས་ཁ་  
 དོག་དང་དབྱིབས་གང་དུ་འང་མ་རྟོག་པ་དེ་ཉིད་སེམས་ཀྱི་གནས་ལུགས་རྟོག་པར་  
 འདོད་བ་ཡང་བྱི་སེལ་དང་མ་གང་དུ་འང་མ་རྟོག་པ་དེ་བྱིའི་གནས་ལུགས་རྟོག་  
 པར་འདོད་བ་དང་བྱད་པར་མེད་དོ།

ཡང་སེམས་ཀྱི་ཁ་དོག་ཇི་ལྟ་བུ་དབྱིབས་ཇི་ལྟ་བུ་ལུས་ཀྱི་ཕྱི་ནང་གང་ན་  
 རྩལ་ཇི་ལྟར་གནས་ཞེས་བལྟས་པ་ན། དེ་དག་གང་དུ་ཡང་མ་རྟོག་པའི་ཆོ་དེ་ཉིད་  
 ཀྱི་ཕྱིར་སེམས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་མེད་དོ་སྟེ་དུ་ངེས་ཤེས་བསྐྱེད་ནས་དེའི་  
 ངང་ལ་འཛོག་པར་འདོད་བ་ཡང་ལོག་པའི་ལམ་གསལ་བར་བྱེད་བ་སྟེ། མ་རྟོག་  
 པའི་རྩལ་དེ་ནི་སེམས་གཟུགས་དང་ལུས་ཅན་དུ་མ་རྟོག་པར་འདུག་ལ་སེམས་

བཅའ་པོར་མ་གྲུབ་པའི་རྟགས་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་སེམས་སྤྱི་རང་བཞིན་གྱིས་  
 གྲུབ་པས་སྒྲོང་པའི་ངེས་ཤེས་ཇི་ལྟར་སྒྲུབ་སྒྲོམ་ཤིག །འདི་ནི་བྲུབ་པ་བྱིན་ཅི་  
 ལོག་ཏུ་ངེས་པའི་རྟགས་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱུབ་བྱ་ལ་ཆད་མའི་ངེས་པ་སྒྲུབ་ར་  
 འདོད་པ་སྟེ། འདི་ལྟ་བུ་ཡང་ཇི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་  
 རིགས་པ་ཡང་དག་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱོམ་ཚུལ་རྒྱས་པར་གསུངས་པ་པོར་ནས་  
 བོད་བསྐྱོམ་རིགས་པའི་ལམ་བཟང་བ་དག་གི་ཆོག་ཇེས་སྤྱི་འབྲངས་པ་ལས་བྱུང་  
 བ་ཤེས་པར་བྱའོ།།

གཞན་ཡང་སེམས་ཁ་དོག་དང་དབྱིབས་ལ་སོགས་པར་མ་རྟེན་བ་དེ་རང་  
 བཞིན་སྒྲོང་བ། སེམས་གང་ནས་འོངས་པ་དང་། གང་ན་གནས་པ་དང་། གང་  
 ཏུ་འགོ་བའི་གཞི་བརྟགས་ན་རྩུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པས་གཞི་མེད་ཙ་བྲལ་ཡིན་ཀྱང་  
 སེམས་ཀྱི་རང་མདངས་མ་འགགས་པ་གསལ་ཙམ་རིག་ཙམ་ཤེས་སྒྲོང་ལྟ་བུ་ད་  
 ལྟའི་ཤེས་པ་སོ་མའི་ངོ་བོ་ལ་ཆེར་གྱིས་བལྟ་བ་ནི་མཆོན་ཉིད་གསལ་བ། རྣམ་  
 རྟོག་འསྐྱོབ་དང་བྲལ་ཞིང་རྣམ་རྟོག་གིས་མ་བཅོས་མ་བསྐྱུད་པ་ནི་ངོ་བོ་མ་བཅོས་  
 པ་སྟེ། དེ་ལྟར་སེམས་ཁྱད་པར་གསུམ་ལྟར་ངེས་པར་བྱས་ནས་དེ་ཉིད་ལ་འཛོག་  
 པ་ཡང་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་མཉམ་གཞན་ཏུ་བསྐྱོམ་ཚུལ་ལོག་པར་སྒྲུབ་པ་ཡིན་  
 ཏེ། དེ་འདྲ་བའི་སེམས་ཁྱད་པར་གསུམ་ལྟར་དུ་ངེས་པའི་ངེས་ཤེས་བསྐྱུངས་  
 པར་བྱས་ཀྱང་ངེས་ལུགས་ཀྱི་ཚུལ་ཡིན་པས་ཀྱི་ཚུལ་བསྐྱོམ་པའི་སྐྱོམ་ཡིན་གྱི་དོན་  
 དམ་ངེས་པའི་ལྟ་བ་མཉམ་གཞན་ཏུ་སྒྲོང་ཚུལ་ག་ལ་ཡིན། སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་མ་

བཅོས་པ་ཞེས་པ་འབགས་པ་ཁྱུ་སྒྲུབ་ཡལ་སྤྲུལ་གྱིས་གསུངས་པའི་མ་བཅོས་ཚུལ་  
 བློ་རང་བཞིན་དག་ནི་བཅོས་མིན་དང་། ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་འགྲེལ་ཆེན་  
 དག་དང་རྩ་ཤེའི་རྣམ་བཤད་ཆེན་མོར་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་གྱི་རྣམ་རྟོག་གིས་མ་  
 བཅོས་པ་ལ་བྱེད་པ་ག་ལ་ཡིན། རྣམ་རྟོག་གིས་མ་བཅོས་པའི་དོན་ཡང་གང་ལ་  
 བྱེད། སེམས་ཁ་དོག་དང་དབྱིབས་ལ་སོགས་པ་གང་དུའང་མ་རྟེན་པའི་ངང་  
 ལ་བཞག་པ་ན་རྣམ་རྟོག་དེ་ལས་གཞན་དུ་འཕྲོ་བའི་དབང་གིས་མ་བསྐྱོད་པར་  
 ལྟན་ནི་གནས་པ་ཅུང་ལ་རྣམ་རྟོག་གིས་མ་བཅོས་པར་བྱེད་ན་ནི་དེ་འབྲེལི་བཅོས་  
 མིན་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཡིན་ཚུལ་མཁས་པའི་བཞད་གད་གྱི་གནས་ཡིན་ལ། རྣམ་  
 རྟོག་གིས་མ་བཅོས་པའི་དོན་རྣམ་རྟོག་གིས་མ་བཅོས་པ་ལ་བྱེད་ན་ནི་རྣམ་རྟོག་  
 གིས་མ་བཅོས་པའི་ཆོས་མི་སྲིད་པས་ཐལ་འགྱུར་བའི་ལྷ་བའི་གོལ་ས་མཐར་  
 ཐུག་པའོ། །བདེན་འཛིན་གྱི་རྣམ་རྟོག་གིས་བཟུངས་པ་ལྟར་མ་གྲུབ་པའི་སེམས་  
 ཀྱི་ངོ་བོ་བདེན་འཛིན་གྱི་རྣམ་རྟོག་གིས་མ་བཅོས་པ་ལ་བྱེད་དོ་སྐྱེམ་ན། དེ་ནི་  
 རིགས་མོད་གྱི། བདེན་འཛིན་གྱི་རྣམ་རྟོག་གིས་བཟུངས་པ་ལྟར་མ་གྲུབ་སྐྱེམ་པ་  
 ཅུང་གིས་ངེས་ཤེས་སུ་མི་འགྱུར་བའི་དོན་དམ་དཔྱོད་བྱེད་གྱི་རིགས་པ་ཡང་དག་  
 ལ་བརྟེན་ནས་ངེས་ཤེས་དེ་སྐྱེས་དགོས་ལ། སེམས་ཁ་དོག་དང་དབྱིབས་ལ་  
 སོགས་པ་གང་དུ་འདུག་འཆོལ་བ་ནི་དོན་དམ་དཔྱོད་བྱེད་གྱི་རིགས་པ་ལྷ་ཞོག་  
 ཀྱན་ཇོ་བ་དཔྱོད་བྱེད་གྱི་རིགས་པ་ཡང་དག་ཀྱང་མིན་པའི་དཔྱོད་ཚུལ་བྱིན་ཅི་ལོག་  
 རང་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་བཅུལ་བས་དེ་དག་གང་དུའང་མ་རྟེན་པ་དེས་བདེན་འཛིན་

གྱི་རྣམ་རྟོག་གིས་བཟུངས་པ་ལྟར་མ་གྲུབ་པར་ངེས་ཤེས་འདྲན་པར་ག་ལ་རུས།

གཞན་ཡང་ཚུལ་འདི་ནི་རྩེ་འབྲོག་མི་ནས་བརྒྱུད་པའི་མན་ངག་གིས་  
འབྲིད་པའི་རྒྱུད་གསུམ་གྱི་བགྱི་བའི་སྐབས་སུ། ལྷ་བས་སྒྲོས་པ་བཅད་པའི་ཕྱིར་  
ཀུན་གཞི་རྒྱ་རྒྱུད་ལ་འཁོར་འདས་དབྱེར་མེད་དུ་བསྒྲོམ་པ་ཞེས་འབྲུང་བའི་ལྷ་བ་  
འཁོར་འདས་དབྱེར་མེད་གྱི་སྒྲོད་ཚུལ་ལ། སེམས་རང་གི་ངོ་བོར་གྲུབ་ཅན་ནས་  
གསལ་བ་མི་འདོར་བ་གསལ་བ་སེམས་གྱི་མཚན་ཉིད། གསལ་བ་དེའང་  
བརྟགས་ན་རིགས་ཁ་དོག་དབྱིབས་སོགས་གང་དུའང་མི་རྟོག་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་  
སྟོང་བས་གསལ་བར་བཅའ་བས་མ་རྟོག་པ་ལ་རང་བཞིན་སྟོང་བ་ཞེས་བྱ་ལ། དེ་  
ལྷ་བུའི་གསལ་བའི་དུས་ཉིད་ན་སྟོང་ལ། སྟོང་བའི་དུས་ཉིད་ན་གསལ་བས་  
གསལ་སྟོང་གཉིས་སོ་སོར་དབྱེར་མེད་པ་དེ་ལ་དབྱེར་མེད་བྱུང་འཇུག་བཞེད་  
བྲལ་བཅས་མིན་སེམས་གྱི་ངོ་བོ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་ཐག་བཅད་ནས་དེའི་ངང་ལ་  
མ་ཡེངས་པར་འཛོག་གོ་ཞེས་འབྲུང་བ་དེ་ཉིད་གྱི་བདེ་ཆད་སོར་བཞག་ནས། རྩེ་  
བླ་མའི་ཐལ་འགྲུར་བའི་ལྷ་བ་སྟོང་ཚུལ་དུ་མི་སྒྲིབ་པར་གདམས་ངག་ཐམས་ཅད་གྱི་  
བདེ་ཆད་པར་བསྟེ་རྒྱུར་བསྟེའི་སྒོ་བཅོ་སྒྲ་ཚོགས་པས་གདམས་ངག་སོ་སོའི་རང་  
རང་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཐ་སྙད་ཐམས་ཅད་ཆལ་ཆོལ་དུ་བཏང་ནས་གང་  
ལའང་ཡིད་བརྟན་མི་རུང་བར་མ་བྱེད་ཅིག། རྩེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ལྷ་བ་སྟོང་  
བའི་ལྷག་མཐོང་ལ་སོགས་པའི་མན་ངག་ལ་ནི་དེ་འདྲའི་ཐ་སྙད་གཏན་མེད་ཅིང་  
མི་གསུང་ངོ་།

གཞན་ཡང་སེམས་གང་ནས་འོངས་པ་དང་། གང་དུ་གནས་པ་དང་།  
 གང་དུ་འགོ་བ་བཅལ་ན་མི་རྟེན་པའང་། སེམས་སྐད་ཅིག་སྤྱི་མ་སྤར་མ་སྤྱེས་  
 འིང་སྤྱི་བ་ལ་མངོན་དུ་སྤྱོད་པ་རྣམས་གནས་འདི་འདྲ་ཞིག་ནས་ཚུལ་འདི་ལྟར་  
 འབྱུང་བ་བྲི་ཆོང་ནས་འབྱུང་བ་ལྟ་བུ་དང་། སྤྱིས་ནས་མ་འགགས་པ་རྣམས་གང་  
 དུ་གནས་པས་གནས་ཚུལ་རྒྱལ་པོ་གདན་ཐོག་ཏུ་གནས་པ་ལྟ་བུ་དང་། སེམས་  
 སྐད་ཅིག་སྤྱི་མ་རྣམས་འགགས་ནས་འགོ་བ་ན་གང་དུ་འགོ་བའི་གནས་དང་འགོ་  
 ཚུལ་གྱི་བ་ཁུང་དུ་འཕྱག་པ་ལྟ་བུའི་འགོ་ཚུལ་ནི་སེམས་ལུས་ཅན་མ་ཡིན་པས་ཐ་  
 སྐད་དུའང་སྤྱི་ཞིག་གིས་རྟེན་པར་འགྱུར། དེ་ལྟ་བུ་མ་རྟེན་པ་ཅོམ་གྱིས་སེམས་  
 བརྟགས་ན་སྤྱི་འགགས་གནས་གསུམ་དང་བྲལ་བར་ངེས་མི་རུས་ཏེ། དེ་ཅོམ་  
 ཞིག་གྲུབ་ཀྱང་། སེམས་རང་གྲུབ་དུས་ལས་དུས་གཉིས་པར་མི་སྡོད་པར་ཞིག་  
 རས་འགོ་བ་དང་། རང་དུས་ན་གནས་པ་དང་། རྒྱ་རྟེན་ཆོག་པ་ལས་སྤར་མེད་  
 གསར་དུ་འབྱུང་བའི་སྤྱི་འགགས་གནས་གསུམ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་དོགས་  
 བ་མི་ཆོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་དུ་མདོ་སེམས་ལ་སོགས་པའི་དངོས་སྤྱི་བ་དེ་  
 དག་གིས་ཀྱང་སེམས་བརྟགས་ན་སྤྱི་འགགས་གནས་གསུམ་དང་བྲལ་བར་ངེས་  
 པར་ཐལ་ལོ།

གཞན་ཡང་འདི་དག་ནི་བཤད་མ་ཐག་པའི་གདམས་ངག་དེ་ཉིད་ལས།  
 སྤར་བ་སེམས། སེམས་སྤྱུ་མ། སྤྱུ་མ་སེམས་རང་བཞིན་མེད་པར་བསྐྱབ་པ་  
 གསུམ་དུ་མཛད་ནས། སྤྱུ་མ་རང་བཞིན་མེད་པར་བསྐྱབ་པ་ལ་རྩ་བ་དང་ཡན་

ལག་གི་དཔེ་བཞིས་བསྒྲོམ་པའི་སྐབས་སུ། སྐད་ཅིག་སྔ་མ་སྔ་མ་ལ་མ་བརྟེན་  
 པར་བྱི་མ་བྱི་མ་མི་འབྱུང་བས་འགག་བ་མེད་པ། སྔ་མའི་དངོས་པོ་དེ་བྱི་མའི་  
 དངོས་པོར་འཕོས་པ་མེད་པས་སྐྱེ་བ་མེད་པ། དེས་ན་དབུས་སུ་ཡང་གནས་པ་  
 མེད་པས་སྐྱེ་འཇིག་འགོ་འོང་ཐོག་མཐའ་དབུས་མེད་པའི་བྱིར་སྐྱོ་སྐྱར་གྱི་མཐའ་  
 ལས་གྲོལ་བའོ་ཞེས་ངེས་ཤེས་བསྐྱེད་ནས་དེའི་ངང་ལ་གཡོ་མེད་དུ་འཇོག་པ་  
 དང་། རྗེས་བསྔོ་བ་དང་སྒྲོན་ལམ་གྱིས་རྒྱས་འདེབས་དེ་མ་རྟོགས་པའི་སེམས་  
 ཅན་ལ་སྙིང་རྗེ་བསྒྲོམ་བ་སོགས་དང་། དཔེ་དོན་རྣམས་དོན་བཞིན་སྒྲོན་པའི་  
 གསུང་རབ་བཟ། གནས་གྲོགས་ཡོངས་སྦྱོད་ཐམས་ཅད་མི་ལམ་སྐྱུ་མ་ལྟར་དུ་ན་  
 པར་བྱེད། ཅེས་སོགས་རྒྱས་པར་འབྱུང་བ་དག་དང་མཐུན་པ་ཙམ་དུ་ཟད་གྱི། རྗེ་  
 ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་ཐལ་འགྱུར་བའི་དོན་དམ་དཔྱོད་བྱེད་གྱི་རིགས་པ་ཡང་  
 དག་ལ་བརྟེན་ནས་འགོ་འོང་གནས་གསུམ་རང་བཞིན་མེད་པར་གཏན་ལ་  
 འབེབས་ཚུལ་གྱི་ལུགས་དང་མཐུན་པར་མི་སྒྲུང་ལ། ལུགས་འདི་ལ་ནི་ཙམ་ཤེས་  
 རིགས་པ་སྤྱོད་རྣམས་ངེས་ནས་དེ་ཉམས་ལེན་གྱི་དུས་སུ་དུན་པ་ཞིག་དགོས་སོ།

ཡང་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་རྒྱ་བ་རྒྱལ་མཆོན་ནས་བརྒྱུད་པའི་དབུ་མའི་  
 ལྷ་བྱིད་གྱི་ཡི་གེ་སྔ་མ་འགའ་ཞིག་ཏུ་འང་འདས་པའི་རིག་པ་ནི་འཁོར་བ་ཐོག་མ་  
 མེད་པ་ནས་ཁ་སང་ཡན་ཆད་གྱི་རིག་པ་རྣམས་ཡིན་ཏེ། བདེན་པར་མེད། ཡོད་  
 ན་རི་ལྟར་ཡོད། འོགས་འགའ་ཞིག་ན་མར་བྱེད་དེ་འགོ་ཞིང་ཡོད་དམ། བྱང་  
 པོར་སྐྱུངས་ནས་ཡོད་དམ། སང་བུ་ལྷ་བྱུ་འགའ་ཞིག་གི་ནང་ན་སྤིངས་ཡོད་དམ།



བྱིས་མཆོས་ལ་བཅོལ་ཏེ་ཡོད་དམ། ཁྱར་དུ་མི་ཐེག་། དེས་ན་བདག་གང་དུའང་  
མེད་དེ་འདས་པའི་རིག་པ་འགགས་ནས་མེད་པའོ། །ཞེས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་  
སང་ཉིན་ཕན་ཆད་གྱི་རིག་པ་མ་སྦྱེས་པ་དང་། དེ་རིང་གིས་རིག་པ་མི་གནས་  
ཚུལ་ལ་ཡང་སྦྱར་ཏེ། བསྐྱོམ་པར་སྦྱར་བ་ཡང་རིག་པ་ཡོད་ན་ལུས་ཅན་དུ་ཡོད་  
དགོས་པའི་དབྱེད་ལུགས་སུ་འདུག་པས་དེ་འདྲའི་དབྱེད་ཚུལ་ལ་སྒྲིང་པོ་ག་ལ་  
ཡོད།

གཞན་ཡང་སེམས་ལ་དབྱེད་ཚུལ་དེ་འདྲ་དང་མ་བཅོས་སོ་མའི་ངང་ལ་  
འཛོག་པ་སོགས་གྱི་དོན་དང་ཐ་སྙད་གཉིས་ཀའང་། རྩོགས་ཆེན་ཨ་རེའི་མན་  
ངག་ལས། སྒྲུང་བ་སེམས་སུ་ཐག་བཅད། སེམས་ཉིད་སྟོང་པར་ཐག་བཅད།  
སྟོང་པ་གཉིས་མེད་བྱུང་འཇུག་ཏུ་ཐག་བཅད། གཉིས་མེད་རང་གྲོལ་བའི་བ་ཆེན་  
པོར་ཐག་བཅད། ཅེས་པའི་སེམས་ཉིད་སྟོང་པར་ཐག་གཅོད་ལུགས་ལ། སེམས་  
ཉིད་དེ་དང་པོ་རང་གང་ནས་འབྱུང་བལྟ། བར་དུ་ལུས་གྱི་མགོ་མཇུག་བར་  
གསུམ་གང་ན་གནས་པ་དང་། ཁ་དོག་དང་དབྱིབས་དང་ཆེ་ཆུང་གི་ཆད་ལ་  
སོགས་པ་རྩི་ལྟར་འདུག་བལྟ། དེ་ལྟར་བཅོལ་བས་གང་དུའང་མ་གྲུབ་འདུག་  
སྟུང་ན་ཆོལ་མཁན་རང་དང་ཅིའང་མི་འདུག་སྟུང་པའི་སྒོ་དེ་རང་ཡང་དེ་ལྟར་  
བལྟས་བས་མ་རྟེན་པ་ན། རང་སྟོང་ལ་བཅོ་བཅོས་བྱས་མེད་པར་ཤེས་ནས་མ་  
བཅོས་སོ་མའི་ངང་ལ་གཡོ་མེད་དུ་འཛོག་པ་ཞིག་གནད་དུ་ཆེ་སྟེ། དེས་ན།  
འདས་པའི་སེམས་ནི་ནམ་མཁའི་བྱ་རྩེས་འདྲ། །ད་ལྟའི་སེམས་ནི་བར་སྒྲུང་སྟོང་

བ་འདྲ། །མ་འོངས་སེམས་ནི་ཅིས་མེད་ལུན་བ་འདྲ། །དུས་གསུམ་སྤྱི་འགག་  
མེད་བར་ཤེས་བར་བྱ། །ཞེས་སོགས་འབྱུང་བ་དང་བྲུད་ཅིང་མེད་ཅིང་།  
གཞན་ཡང་བོད་ཀྱི་བསམ་གཏན་བ་སྤྱི་མང་པོས་སྦྱར་བའི་འབྲིད་ལུགས་མི་  
འདྲ་བ་ཆལ་ཆོལ་དུ་མ་ཞིག་ལ་སྤྱད་ལྟར་གྲགས་བའི་བད་ཆད་ཡིན་གྱི། མདོ་  
རྒྱུད་བསྟན་བཅོས་རྣམ་དག་དང་། ལོ་བཅ་ཚོད་མེད་ཀྱིས་བསྦྱར་བའི་སྤྲུགས་  
མཚན་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་གཞུང་བྲུངས་མ་གང་གི་ནང་ན་ཡང་རིག་བ་སོ་མ་སོགས་ཀྱི་ཐ་  
སྟོན་ཅམ་ཡང་མེད་ན་དོན་ལྟ་སྟོས་ཀྱང་ཅི་ཞིག་དགོས། དེའི་ཕྱིར་རྗེ་ཐམས་ཅད་  
མཁྱེན་པའི་གསུང་རབ་དང་མན་ངག་གི་སྟོལ་ལ་སུ་ཞིག་གིས་ཀྱང་དེ་ལྟ་བུའི་ཐ་  
སྟོན་བསྐྱེ་བ་ཅམ་གྱི་ཡང་ཐན་བརྒྱལ་བར་མི་བྱའོ།

གཞན་ཡང་ཤེས་བ་ཡུལ་གཞན་ལ་མི་འཕྲོ། །ཁ་དོག་དང་དབྱིབས་ལ་  
སོགས་བས་འདི་ལྟར་འདུག་གི་ངོས་གཟུང་མེད་ཀྱང་། ས་ལེ་རྒྱག་གོ་བའི་  
གསལ་ཆ་མ་འགགས་བ་ལ་བལྟས་བས་དེ་ཉིད་རྗེན་ཆེར་གྱིས་སྤྱོད་བའི་ཆ་  
སེམས་མ་བཅོས་སོ་མའི་རང་ངོ་མཐོང་བ་དང་སེམས་ཀྱི་གནས་ལུགས་མཐོང་  
བར་བྱེད་བ་ཡོད་དེ། དེ་དག་ནི་ལྟོ་ལྟོར་ཞབས་ཞུས་བ་མཐོང་བ་བུམ་པའི་གནས་  
ལུགས་མཐོང་བར་འདོད་བ་དང་བྲུད་མེད་དེ། གསལ་ཞིང་རིག་བ་སེམས་ཀྱི་  
མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །རང་གིས་ཀྱང་གསལ་བ་སེམས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཅེས་  
སྦྱས་བ་དྲན་བར་བྱོས་ཤིག །

ཡང་རང་རྒྱུད་ལ་རྟོག་བ་གང་སྤྱོད་ཀྱང་སྤྱོད་མ་ཐག་རིག་བར་བྱའོ་སྟུམ་

པའི་དྲན་པ་མ་ཡངས་པའི་བྱ་ར་བྱས་ནས་བསྐྱད་པ་ན། རྟོག་པ་གཅིག་ཐོལ་གྱིས་  
 སྐྱེས་མ་ཐག་དེའི་ངོ་བོ་ལ་ཆེས་གྱིས་བལྟས་པས་རང་ཡལ་ལ་སོང་བ་དང་། དེ་  
 བཞིན་དུ་རྟོག་པ་གཉིས་པ་དང་གསུམ་པ་སོགས་གྲངས་ཇི་ཙམ་སྐྱེས་པ་ཐམས་  
 ཅད་ལ་དེ་མ་ཐག་རྟོག་པ་དེ་དང་དེའི་ངོ་བོ་ལ་ཆེས་ཆེས་བལྟས་པས་རང་ཡལ་ལ་  
 སང་སང་སོང་བ་དེ་ཉིད་ལ་རྟོག་པ་ཐོལ་སྐྱེས་ནད་གཅོད་དུ་གཏོང་བ་དང་རིག་པ་  
 ལ་རྒྱང་འདེད་བྱེད་པ་ཞེས་ཟེར་ཞིང་། བལྟས་པས་རང་ཡལ་ལ་སོང་བ་དེ་  
 སེམས་ཀྱི་སྣང་ཉིད་རྟོགས་པར་འདོད་པ་དང་། ཁ་ཅིག་དེ་འབྲུ་དེ་སྐྱད་ཅིག་དང་  
 བོ་ལ་རྟོག་པར་ཡོད་པ་ལ་བལྟས་པས་རང་ཡལ་ལ་སོང་ནས་རྟོག་པ་གང་ཤར་  
 རང་དག་ཏུ་སོང་བ་དེ་ལ་རྟོག་པ་ཆོས་སྐྱར་འཆར་བ་དང་། སེམས་ཆོས་སྐྱེའི་  
 རང་ངོ་རྗེ་ཆེར་དུ་མཐོང་བར་སྒྲ་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་འདོད་མི་འདོད་དག་མི་དག་  
 བདེ་སྤྱག་སོགས་ཀྱི་རྟོག་པ་གང་སྐྱེས་རྒྱང་དེའི་ངོ་བོ་ལ་དབྱེད་ནས་སྣང་བ་ཉིད་ཀྱི་  
 རང་དུ་རང་དག་རང་ཡལ་དུ་བཏང་སྟེ། དེ་ཡང་ནམ་པར་རྟོག་པ་ཐོལ་ཏེ་སྐྱེས་  
 པར་དེའི་ངོ་བོ་ཆེར་ཏེ་བལྟས་པས་ནམ་མཁའ་བཞིན་དུ་སྣང་སངས་ཀྱིས་སོང་  
 བས་རང་བཞིན་སྣང་པའི་དོན་ཐལ་གྱིས་ཤར་ནས་དེ་ཉིད་ལ་ལྷན་གྱིས་འགོ་བ་  
 གཅིག་དགོས་པར་འདོད་པ་སོགས་རྒྱང་སྒྲ་མ་དེ་དག་སོར་བཞག་ཡིན་གྱི། ཇེ་  
 ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་བཞེད་པར་སྒྲ་ན་ནི། བོད་སྒྲོམ་གསུང་རབ་ཀྱི་བརྗེ་ལས་  
 བརྒལ་ཞིང་རིགས་པའི་ལམ་བཏང་ནས་ཐར་ལམ་གྱི་རྩ་བ་གཅོད་པ་དུ་མ་ཞིག་གི་  
 ལྷན་གཏམ་སོར་བཞག་ནས་རྗེ་ཙོང་ཁ་པའི་ལྷན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱང་ཆོས་སྤྱན་

མེད་པ་གང་ན་ཡོད་པའི་ཉམས་ལེན་གྱི་གནད་གྱི་སྒོ་ག་ཙམ་ཅོད་པའི་སྐྱུ་ཐབས་ཏེ་  
ཅང་མི་འཆམ་པའོ།།

དེས་ན་དེ་ནི་རྣམ་རྟོག་བཟང་ངན་ཅི་འདྲ་ཞིག་སྐྱེས་ཀྱང་མི་དགག་། ཆོས་  
སྐྱེད་པ་ཡེ་ཤེས་བྱུང་ནས་མི་ཆོལ་གྱི། རྣམ་རྟོག་གང་སྐྱེས་ཡེ་ཤེས་སུ་སོང་བའམ།  
གང་ཤར་ཆོས་སྐྱེའི་རང་ཞལ་ལྟ་བུ་འདི་མཉམ་རྗེས་འཆི་ཁ་བར་དོ་སོགས་སྐྱེན་ཆེ་  
ཆུང་ཐམས་ཅད་ལས་དུ་འབྱེར་བ་ཡིན། འདི་ལས་ཟབ་པ་མེད། ལྷོད་བཅུད་  
ཐམས་ཅད་རྣམ་རྟོག་ལས་མ་འདས། རྣམ་རྟོག་ཐམས་ཅད་ཆོས་སྐྱུར་རོ་སྒྲིམས་  
པས་ན་རོ་སྒྲིམས་ཡིན་ཟེར་བ་རྣམས་ཀྱི་ལུགས་ཡིན་མོད་གྱི། སྐྱད་ཅིག་དང་པོ་ལ་  
རྟོག་པ་ཐོལ་ཏེ་སྐྱེས་པ་ལ་ཆེར་གྱིས་བལྟས་པས་སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པའི་ཆེ་རང་  
ཡལ་ལ་འགོ་བ་ཞིག་འདུག་པ་དེ་ནི་སྐྱད་ཅིག་དང་པོ་ལ་ཐོལ་ཏེ་སྐྱེས་པའི་རྟོག་པ་  
སྐྱད་ཅིག་གཉིས་པའི་ཆེ་མ་བསྐྱད་པར་མཐོང་བ་ཡིན་པས། རྟོག་པ་རང་གྲུབ་  
དུས་ལས་དུས་གཉིས་བར་མ་བསྐྱད་པའི་མི་རྟོག་པ་རྟོགས་པས་སྐྱོང་ཉིད་རྟོགས་  
པར་འདོད་པའི་ཁོར་བ་རྣམ་པར་མི་འཆམ་པ་སྟེ། རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཞལ་  
ནས། འདི་སྐྱོང་ཚུལ་ལོགས་ན་སེམས་ཀྱི་རགས་པའི་མི་རྟོག་པ་བསྒྲོམ་པར་འགོ་  
བ་ཙམ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུང་ངོ་།།

འདི་ལྟ་བུའི་བྱུང་པར་རྣམས་མ་སྐྱེད་ཅིང་ཉམས་ལེན་གྱི་གནད་གྱི་གོལ་  
ས་རགས་པ་འདི་ཙམ་ཡང་མ་རིག་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་གཞུང་ཆེན་མོ་རྣམས་ཁ་  
བཤད་འབའ་ཞིག་མ་གཏོགས་ཉམས་ལེན་གྱི་ཆེ་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུལ་གཞུང་ཆེན་

མོད་གཤམ་རྒྱལ་འགལ་དུ་སོང་བ་ཤ་སྟག་འབྱུང་བར་གདོན་མི་ཟེེ། །བཤད་མ་  
 ཐག་པ་འདི་ནི་མི་རྟག་པ་གང་ལ་ཟེེར་རྒྱུ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་སྟོ་ཁ་ནང་དུ་སྟོགས་  
 ནས་བལྟས་པས་རྟོག་པ་སྟངས་ཅིག་དང་པོའི་རང་དུས་ན་དེའི་རང་བཞིན་དུ་ཡོད་  
 བའི་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་བར་འདུག་གམ་སྟངས་ཅིག་དང་པོའི་རང་དུས་ལས་དུས་  
 གཉིས་པ་ན་སྟངས་ཅིག་དང་པོ་དེ་མི་འདུག་བརྟགས་པ་གང་ཡིན་པ་གསལ་བར་  
 ཤེས་བར་འགྱུར་རོ།།

དེའི་རྟོག་པ་གང་ཤར་གྱི་ངོ་བོ་ལ་བལྟ་ལུགས་དེས་སྟོང་རྒྱུང་གིས་སེམས་  
 རྒྱལ་ས་རིལ་སོགས་ཅུང་ཟད་སངས་ནས་བདེ་ཆམ་སོང་བ་ལྟ་བུ་སོགས་འབྱུང་  
 ཡང་དེ་ཙམ་གྱིས་སྟོང་ཉིད་བསྟོམ་ཚུལ་ཆོད་མར་སོང་བར་དཔོགས་པ་ལས་  
 བཞད་གད་ཆེ་བ་དང་སྟུན་རྟགས་སུ་ལྷུང་བ་ཅི་ཞིག་ཡོད། དོན་སྟོང་ལཱའི་ཡ་  
 གྲུལ་གྱི་སྟོང་ཆལ་བར་གྱིས་བར་མཆོམས་རྣམས་ནས་རྒྱ་སེར་འཛིག་པར་བསྟོམ་  
 པ་དང་། སྟོང་ཁོག་ནས་དོན་ནས་རང་གི་མདུན་ན་དམར་ཅར་རེ་འདུག་པ་དེ་ལ་  
 སེམས་འཛིན་པ་སོགས་གྱིས་ཀྱང་འབྲལ་དུ་སྟོང་རྒྱུང་གིས་མ་བདེ་བ་འཇམ་ཉལ་  
 འགོ་བ་འོང་སྟེ་དེ་འདྲ་སྟོང་ཉིད་བསྟོམ་ཚུལ་ག་ལ་ཡིན།

ཡང་ཁ་ཅིག་མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་སྟོང་པ་ལ་ཆེ་རེ་བལྟས་ནས་བརྟགས་  
 པ་ན་ཐོགས་སྒྲིབས་སོགས་གང་ཡང་མེད་པའི་སྟོང་སང་ངེ་བ་དེ་ལ་སེམས་ཅུང་  
 ཞིག་ཟེེན་འོང་བས་དེ་དང་རང་གི་སེམས་གཉིས་བསྟེས་ནས་བསྟོམས་པ་ན།  
 རང་གི་སེམས་ཀྱང་ནམ་མཁའ་དེ་དང་འདྲ་བའི་སྟོང་སང་སང་བ་འཆར་བ་ཞིག་

འོང་། དེ་ལ་སེམས་ཀྱི་གནས་ལུགས་རྟོགས་པ་དང་སེམས་ཀྱི་སྤྲོད་ཉིད་རྟོགས་  
 པར་འདོད་ཅིང་། སྤྲད་ཅིག་དང་པོ་ལ་སེམས་གྲུ་འགྲུས་གྲུང་མ་ཐག་སེམས་ནས་  
 མཁའ་དང་བསྐྱེས་པས་སྤྲོད་སང་གིས་འགོ་བས། སེམས་འགྲུ་སྤྲོད་གཉིས་ཀྱི་  
 བར་ན་འཁོར་འདས་ཀྱིས་སོ་མཚམས་ཡོད། ཅེས་ཟེར་བ་ནི་ནམ་མཁའ་སྤྲོད་པ་  
 དང་གནས་ལུགས་ཀྱི་སྤྲོད་ཉིད་གང་གི་འདུ་རྒྱུ་གཞག་མ་ཆགས་པའི་སྤྲོད་གཉིས་  
 ཆེན་པོ་སྟེ། ནམ་མཁའ་སྤྲོད་པ་ཞེས་པ་ནི་ཐོགས་བཅས་ཀྱི་རེག་བྱས་སྤྲོད་པ་ལ་  
 བཞག་པའི་སྤྲོད་པ་ཡིན་ལ། དེ་དང་སེམས་བསྐྱེས་པས་སེམས་ཀྱང་ནམ་མཁའ་  
 འདྲ་བའི་སྤྲོད་སང་དེ་བར་ཤར་བ་ནི་སེམས་ཐོགས་བཅས་ཀྱི་རེག་བྱས་སྤྲོད་པར་  
 ཤར་བ་ཡིན་གྱི། སེམས་བདེན་སྤྲོད་དུ་ཤར་བ་ག་ལ་ཡིན། སེམས་བཅ་པོ་མིན་  
 པ་དང་ཐོགས་བཅས་མིན་པར་བསྐྱེས་པས་འཁོར་བའི་རྩ་བ་གཅོད་རྒྱས་པའི་གོ་  
 རྒྱུ་ནི་ཡ་མཚན་ནོ།

གཞན་ཡང་འདི་འདྲ་བའི་ལོག་རྟོག་བསལ་དགོས་པ་ཡིན་ཏུ་མང་ཡང་ཡི་  
 གོ་ཉུང་དུ་ཅུ་ཞིག་གི་བར་འདོད་པ་དང་བཟོད་ཟེན་པ་དག་གིས་དུ་མ་ཞིག་མཚོན་  
 པར་རྒྱས་པས་མ་གྲིས་ལ། དཔྱད་པའི་སྤྲོད་ཉིད་ལ་སྒྲོས་བྱས་ཀྱི་སྤྲོད་ཉིད་ཅེས་  
 ཟེར་བ་སོགས་ཀྱི་ལོག་རྟོག་རྣམས་ནི་རྒྱས་པར་ལྷག་མཐོང་ཆེན་མོ་སོགས་ལས་  
 བཀག་པར་མཛད་ཟེན་པ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ།

ཨི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་མན་ངག་ལྟར་བསྐྱེས་པར་འདོད་ན་ནི། དང་  
 པོར་ཐལ་འགྱུར་པའི་དོན་དམ་དཔྱད་བྱེད་ཀྱི་རྟགས་ཀྱིས་དགག་བྱ་ཨི་འདྲ་ཞིག་

འགོག་པའི་ཚད་ལེགས་པར་གོ་བ་ཆགས་པ་ཞིག་བྱས། དེའི་རྗེས་སུ་དབུ་མའི་  
 གཞུང་ལུགས་ལ་ཐོས་བསམ་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་དོན་དམ་དཔྱོད་པའི་རིགས་  
 བའི་དགག་བྱ་འདི་ལྷ་བའི་ཞེས་གཏན་ལ་ཐབ་པ་དེ་འདྲ་བའི་རྟགས་ཀྱི་དགག་  
 བའི་སྒྲུང་ཚུལ་དང་ཞེན་ཚུལ་དང་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲོ་ལྷན་སྐྱེས་རྟོག་མེད་དང་རྟོག་བཅས་  
 ལ་ཨོ་འདུག་སྒྲོ་ཁ་ནང་དུ་བྱོགས་ནས་ལེགས་པར་བལྟ་ཤེས་པ་བྱས་ཏེ་བལྟས་པ་  
 ན། འཕགས་པ་ཡབ་སྐུས་ཀྱི་གཞུང་ནས་ལའད་པའི་རྟགས་ཀྱི་དགག་བའི་དོན་  
 ཀྱི་འཆར་ཚུལ་རང་གི་སྒྲོ་ལ་ཇི་ལྟར་འདུག་པ་ངས་ནས། རང་གི་སྒྲོ་ལྷན་སྐྱེས་ལ་  
 སྒྲུང་ཚུལ་དང་ཞེན་ཚུལ་དེ་ལྟར་བྱུང་བ་རང་གི་སྒྲོ་ངོར་འགོག་པ་ན། དངོས་སུ་  
 ཆོས་ཅན་དང་ཐལ་དང་ཕྱིར་སོགས་སྐར་མ་སྐར་གང་ཡིན་ཀྱང་འདྲའི། །དཔྱོད་  
 ཚུལ་ཐལ་འགྱུར་པའི་དོན་དམ་དཔྱོད་བྱེད་ཀྱི་རིགས་པ་ཡང་དག་ཏུ་འགྲོ་ངེས་  
 ཤེས་པའི་དཔྱོད་ཚུལ་ཞིག་གིས་དཔྱོད་པའི་ཆོ། ད་ལྷ་གཞན་དང་བཀལ་བ་རྟགས་  
 བྱེད་པ་ན་ཐ་ཤོས་ཤོས་ལན་མ་ཐེབས་པ་ཅམ་ཞིག་གིས་ཆོག་གིན་འདུག་པ་དེ་ལྷ་  
 བུ་མ་ཡིན་པར། རང་གི་སྒྲོ་ལ་སྒྲུང་ཚུལ་འདི་ལྟར་བྱུང་ན་འདི་དང་འདི་གང་རུང་  
 དུ་བྱུང་དགོས་པར་འདུག་པའི་ངས་པ་སྒྲོང་ཐོག་ནས་འདྲན་ཐུབ་པ་ཞིག་དང་། དེ་  
 དག་གང་དུའང་མ་བྱུང་འདུག་པའི་ངས་པ་འདྲང་སྒྲོང་ཐོག་ནས་འདྲན་ཐུབ་པ་ཞིག་  
 བྱུང་ན། ངས་པ་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་རང་གི་སྒྲོ་ལྷན་སྐྱེས་ལ་ཐལ་འགྱུར་པའི་  
 རྟགས་ཀྱིས་དགག་བའི་སྒྲུང་ཚུལ་ཇི་ལྟར་འདུག་པའི་སྒྲུང་ཚུལ་དེ་ལྟར་བྱུང་བ་  
 རྒྱུ་ཟད་ཀྱང་མེད་པའི་ངས་པ་ཡང་དག་པ་ལྟར་བ་སྐྱེ་བ་ཡོད་ཀྱི། གཞན་དུ་ན་ལྷ་

བའི་ངེས་པ་སྐྱོང་ཞེས་བྱས་ཀྱང་སྐྱོང་རྒྱུ་འི་ངེས་པ་སྐྱོན་དུ་རྟེན་དགོས་པ་ལ་རྟེན་  
 བའི་ཕྱོགས་ན་འད་མི་འདུག་པས་ཟེར་བ་ཙམ་དུ་ཟད་ལ། ང་རང་བཞིན་མེད་པར་  
 སྒྲོམས་ཤིག། །མེས་པོ་བདེན་པར་མེད་པར་སྒྲོམས་ཤིག། །སྐྱོང་པ་ཉིད་དུ་  
 བསྒྲོམས་ཤིག། །ཅེས་སོགས་བརྒྱ་ཐུག་ཅིག་སྒྲུས་ཤིང་། གསལ་སྐྱོང་འཛིན་མེད།  
 སྐྱང་སྐྱོང་ཟུང་འཇུག། །རྟེན་འབྲེལ་དང་སྐྱོང་པ་ཟུང་འཇུག་སོགས་ཐ་སྐད་འགྲིག་  
 འགྲིག་ཇི་ཙམ་ཞིག་སྒྲུས་ཀྱང་སྐྱོང་པའི་ཅི་འདྲ་མེད་དོ།།

ལྷོ་ལྷིར་བ་ལ་བྱམ་བ་ཞེས་ཟེར་བ་མཁེས་ཐེན་པའི་གང་ཟག་ལ་བྱམ་བ་མེད་  
 དོ་ཞེས་བཤེད་ན། ལྷོ་ལྷིར་བ་བཀག་པའི་དོན་སྒྲིལ་གསལ་པར་འཆར་བྱུང་གི། ལྷོ་  
 ལྷིར་བ་ལ་བྱམ་བ་ཞེས་ཟེར་བ་མཁེས་ཐེན་པའི་གང་ཟག་ལ་བྱམ་བ་མེད་དོ་ཞེས་  
 བཤེད་ཀྱང་བྱམ་བ་མེད་ཅེས་པའི་སྒྲིལ་སྒྲིལ་ཙམ་ཞིག་སྒྲོ་ཡུལ་དུ་འཆར་བར་ཟད་གི་  
 དགག་བྱ་ཇི་འདྲ་ཞིག་མེད་པའི་དོན་སྒྲིལ་ཡང་སྒྲོ་ཡུལ་དུ་འཆར་རྒྱ་མི་འོང་བ་  
 ལྟར་རང་གི་སྒྲོ་ལ་སྐྱང་ཚུལ་འདི་འདྲ་ཞིག་འདུག་པ་འདི་ཡུལ་དེ་བདེན་པར་སྐྱང་  
 ཚུལ་ཡིན་པས་སྐྱང་ཚུལ་འདི་སྐྱར་བྱུང་བ་ཐལ་འགྱུར་བའི་རྟགས་ཀྱི་དགག་བྱ་  
 ཡིན། །སྐྱང་ཚུལ་དེ་སྐྱར་དུ་བྱུང་པར་ཞེན་པ་བདེན་ཞེན་ཡིན་ཞེས་ངེས་ན། དེ་  
 ལྟར་བྱུང་བ་བཀག་པའི་བདེན་མེད་ཀྱི་དོན་སྒྲིལ་ལ་གསལ་པར་འཆར་བྱུང་གི།  
 གཞན་དུ་ན་བདེན་པར་མེད་བདེན་པར་མེད་སྐྱམ་དུ་བསྒྲོམས་ཀྱང་བདེན་མེད་ཀྱི་  
 སྒྲིལ་སྐྱམ་པོ་ལ་ཡིད་བརྒྱས་བྱས་པར་སོང་གི་བདེན་མེད་ཀྱི་དོན་ངེས་ཡུལ་དུ་  
 འོང་ས་མེད་ཀྱང་། དགག་བྱ་ཇི་འདྲ་ཞིག་བཀག་པའི་བདེན་མེད་ཀྱི་དོན་སྒྲིལ་



ཡུལ་དུ་འཆར་ཐབས་མེད་ལ། དགག་བྱ་བདེན་གྲུབ་བཀག་པ་ཡིན་མེད་ཅེས་  
བཤེད་ཀྱང་། བདེན་གྲུབ་ཅེས་པའི་སྒྲིམ་ཆ་དུ་ཟད་གྱི། བདེན་གྲུབ་གྱི་དོན་གྱི་  
སྒྲིམ་ཆ་ཡིན་པེས་པ་མེད་པས་དེ་བཀག་པའི་བདེན་མེད་གྱི་དོན་སྒྲིམ་ཆ་ལྟར་འཆར་  
སོམས་ཤིག །

དེས་ན་བདེན་མེད་གྱི་ངེས་པ་འབྲེན་ཚུལ་དེ་ལྟར་མི་བྱེད་ཅིང་། སྔོན་དུ་  
རང་གི་མཚན་ཉིད་གྱིས་གྲུབ་པའི་སྒྲིམ་ཆ་དང་ཞེན་པའི་ཚུལ་སོགས་གང་ཡང་  
སྒྲོལ་འཆར་མི་དགོས་ལ། ཐལ་འགྱུར་བའི་དོན་དམ་དཔྱད་བྱེད་གྱི་རིག་པ་ཡང་  
དག་གི་དཔྱད་ཚུལ་དུ་སོང་མ་སོང་གི་ཆད་ཟིན་ནས་དཔྱད་ཀྱང་མི་དགོས་པར།  
དགག་བྱ་ཇི་འདྲ་ཞིག་འགོག་པ་མ་ངེས་པའི་སྒྲོལ་ལས། ང་ལུས་གྱི་གང་ན་  
འདུག་སེམས་གྱི་ཁ་དོག་སོགས་ཇི་འདྲ་ཞིག་འདུག་ཅེས་པ་ལྟ་བུའི་དཔྱད་ཚུལ་  
གང་བྱུང་ཞིག་གིས་དཔྱད་པས་དེ་དག་ཏུ་མ་ཆེད་པ་ན་བདེན་པར་མེད་དོ་སྟུང་དུ་  
ངེས་པའི་ལུགས་སུ་བྱས་ནས་དེ་ཙམ་ཞིག་བསྟོམ་པ་ལྟ་བུའི་སྒྲོལ་ལུགས་རྣམས་  
དག་ཏུ་འགྲོ་ན། བརྟགས་པའི་དངོས་ལ་མ་རེག་པར། །དེ་ཡི་དངོས་མེད་འཛིན་  
མ་ཡིན། །ཞེས་སོགས་བྱངས་ནས། བཀག་པ་ངེས་པ་ལ་སྔོན་དུ་དགག་བྱའི་དོན་  
སྒྲིམ་ཆར་དགོས་པ་དང་། ཐལ་རང་གི་དགག་བྱ་འགོག་པའི་བྱུང་པར་བྱ་རགས་  
འབྱེད་པ་སོགས་གྱི་བཤད་པ་ཇི་ཙམ་ཞིག་བྱས་པ་ཐམས་ཅད་ཁ་ན་བ་ཙམ་སྟེང་  
པོར་ཟད་གྱི། ཉམས་ལེན་གྱི་ཆོ་ཉི་བར་མཁོ་བ་བྱུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པ་གསལ་བར་  
སྒྲིམ་སོ།

སྤྱི་ཉིད་རིག་པ་ཡང་དག་གིས་ངེས་ཀྱང་། སྤྱི་ཉིད་དམིགས་ལུལ་དུ་  
བྱས་པའི་ཞི་གནས་རྒྱུ་པའི་སེམས་འཛིན་ཚུལ་དང་། སྤྱི་ཉིད་ངེས་པའི་ལྷ་བ་  
སྤྱི་ཚུལ་གྱི་བྱུང་པར་ཆེས་ཆེར་ཆེ་བ་ཤེས་ཐུང་བ་ཞིག་དགོས་ཏེ། སྤྱི་ཉིད་ཞི་  
གནས་བསྐྱེད་པའི་དམིགས་པར་བྱེད་པ་ན་ཡང་སྤྱི་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པ་སྒྲོ་ལ་  
ལེགས་པར་ཤར་ནས་དམིགས་ལུལ་དུ་བཞག་དགོས་ཤིང་། སྤྱི་ཉིད་རིག་པ་པ་  
ཡང་དག་གིས་དབྱུང་ནས་ངེས་པར་བྱས་པའི་སྤྱི་ཉིད་དམིགས་ལུལ་དུ་འཛིན་  
པའི་ཞི་གནས་རྒྱུ་པའི་བསྐྱེད་པའི་སྤྱི་ཚུལ་ཡང་དག་ལ་ནི་  
དངོས་གཞིའི་སྤྱི་ཚུལ་ཞི་གནས་རྒྱུ་པའི་སྤྱི་ཚུལ་དུ་མ་སོང་བ་ཞིག་དགོས་  
སོ།།

དེ་ཡང་ཞི་གནས་ལ་ནི་དམིགས་རྟེན་ཆོལ་བའི་ཆེད་དུ་རིག་པས་དབྱུང་  
ནས་སྤྱི་ཉིད་ངེས་པར་བྱེད་ཀྱང་། སྤྱི་ཉིད་ངེས་པ་ན་དམིགས་རྟེན་རྟེན་བ་ཡིན་  
པས་དེ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་འཛིན་པའི་འཛིན་སྐྱེད་ཁོ་ན་བྱེད་ལ། ལྷ་བ་  
སྤྱི་པའི་ཆོ་སྤྱི་ཉིད་དབྱུང་པར་མ་ཟད་ཀྱི། དངོས་གཞིའི་སྐབས་སུ་འང་ཡང་ནས་  
ཡང་དུ་དབྱུང་པའི་དབྱུང་སྐྱེད་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལ་སྤྱི་ཉིད་ལུགས་ཇི་  
འདྲ་ཞིག་གི་ངང་ནས་དབྱུང་བ་དང་། ཚུལ་ཇི་ལྟར་དབྱུང་བ་དང་། སྤྱི་ཉིད་དབྱུང་  
པ་དང་དངོས་གཞིའི་སྐབས་ཀྱི་དབྱུང་ཚུལ་གྱི་བྱུང་པར་དང་། དབྱུང་པ་ཡང་  
ཡང་བྱེད་པ་སྤྱི་རྣམས་ཀྱི་བར་དུ་འགྲུངས་ཆེ་ཆུང་ཇི་ཅུང་བྱེད་པ་སོགས་ལེགས་  
པར་ཤེས་དགོས་ཤིང་། འདི་ལ་སྤྱི་ཉིད་པ་པོའི་སྤྱི་ཉིད་རིག་པ་ལ་བསྐྱེད་པའི་བྱུང་པར་

ཡང་ཅུང་ཟད་ཅུང་ཟད་ཡོད་ལ། བྱད་པར་དུ་ངེས་ཤེས་ཀྱི་འཛིན་སྣངས་སྦྱོང་ཚུལ་  
ལ་ཤིན་ཏུ་མཁས་དགོས་པའི་གནད་ཆེར་ཡོད་དོ།

དེས་ན་ལྷ་བའི་དབྱུང་སྦྱོམ་ལ་ནི་མཉམ་གཞག་གི་ཐོན་དུ་དབྱུང་བ་ཙམ་  
གྱིས་མི་ཆོག་གི། མཉམ་གཞག་རང་དུས་ན་དབྱུང་བ་ཡང་ཡང་དགོས་ལ། ངེས་  
ཤེས་སྦྱོང་བ་ལ་ཡང་། ངེས་ཤེས་ཀྱི་འཛིན་སྣངས་ལུགས་དྲག་ལ་གྱིམས་པ་མ་  
བརྟེན་ཅིང་མ་ཤོར་བའི་དཔྱད་བསྟེན་ཚུལ་དང་། དེ་ལས་ཅུང་ཟད་ཙམ་ཞིག་ཞན་  
དུ་འགོ་བ་དང་། དབྱུང་ནས་གསོས་འདེབས་དགོས་པའི་མཚམས་སོགས་  
འབྲལ་དུ་རིགས་པའི་ཤེས་བཞིན་བསྟེན་ཚུལ་དམིགས་ལགས་པར་བྱེད་པའི་སྦྱོང་  
ཚུལ་ཤེས་དགོས་ཀྱི། ངེས་ཤེས་སྦྱེས་པའི་རང་ལ་མ་ཡངས་པར་དཔྱད་པས་  
བརྩམས་ནས་འཛོག་ཟེར་བ་ཙམ་གྱིས་མི་ཆོག་གོ།

དེ་ཡང་མཉམ་གཞག་གི་ལྷ་བ་སྦྱོང་ལུགས་གོལ་སར་མ་ཤོར་བ་ཞིག་  
ཤེས་པ་ལ་ནི། ཞིག་ནས་བསྟོམ་པའི་དམིགས་རྟེན་གྱི་ལྷ་སྦྱུང་ནས་པ་འཆར་ཚུལ་  
ལྟར་དུ་སྦྱོང་ཉིད་འཛིན་སྣངས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་རྒྱུངས་ཆད་དུ་མ་ཤོར་བ་ཞིག་དགོས་  
ཏེ། དེ་ཤོར་ན་སྦྱོང་ཉིད་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་བྱུབ་པའི་འཆར་ཚུལ་མི་འོང་བ་  
མི་སྤྱད་པས་སྦྱོང་ཉིད་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་བྱུབ་པའི་སྣང་བ་འཛིན་སྣངས་ཀྱི་  
ཡུལ་དུ་སོང་བའི་བསྟོམ་ཚུལ་ནི་སྦྱོང་ཉིད་བདེན་བྱུབ་བསྟོམ་ཚུལ་ཡིན་ལ། རིག་  
ཤེས་ཀྱི་དོན་བདེན་སྣང་ཡོད་པ་ཆེད་དུ་གཉེར་ནས་བསྟུབས་པ་ལ་དབྱུང་བའི་བྱི་  
མི་བྱོལ།

དེའི་ཕྱིར་རྒྱུ་ལས་རིམ་བསྐྱོར་བ་ན་ལུས་ཀྱི་གནས་ཆེ་སར་ཐིག་ལེ་སོགས་  
 དམིགས་ཏེན་སྐྱོན་དུ་གསལ་བ་ཏུ་བ་ནས་དེ་ནས་རང་གི་སེམས་དམིགས་ཏེན་དེ་ལ་  
 ཞུགས་པ་བཞིན་དུ་བྱས་ནས་འཛིན་པའི་རིགས་པ་འདི་ལ་སྦྱར་ནས། སྟོང་ཉིད་  
 དེས་བ་ན། སྟོང་ཉིད་དེ་ལ་རང་གི་སེམས་ཞུགས་པ་བཞིན་དུ་བྱས་ནས་འཛིན་  
 པར་གོ་ན་ནི་ལྷ་བ་སྟོང་བའི་གོ་ལ་ས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ། དེ་ལ་མཐད་མ་ཐག་པའི་སྟོན་  
 ཡང་ཡོད་ལ། དེར་མ་ཟད་སྟོང་ཉིད་སྟོན་དུ་བཅའ་ནས་དེ་ནས་སེམས་དང་བསྟེ་  
 པར་གོ་འདུག་པས་སྟོང་ཚུལ་གྱི་ནམ་པ་མ་ཤར་བ་སྟེ། སྟོན་དུ་སེམས་ལྷ་བྱ་དེ་  
 ཆོལ་བའི་གཞིར་བྱས་ནས། དེ་ཉིད་ལ་རང་བཞིན་སེམས་པའི་རིགས་པས་ཇི་  
 ལྟར་བྱ་བ་ཚུལ་བཅའ་བ་ན་རུང་ཟད་ཀྱང་མ་རྟེན་པའི་དེས་པ་ལྷང་སྟེས་པའི་འཛིན་  
 སྟངས་ཀྱི་ཤུགས་མ་ཉམས་པར་སྟོང་བའི་དེས་དོན་དང་པོ་ཆོལ་བའི་གཞིར་བྱས་  
 པའི་ང་དང་སེམས་ལ་སོགས་པའི་སྟངས་བ་གཏན་ནས་ལྷོག་དགོས་ཤིང་། གང་ལ་  
 སེམས་གཞུག་རྒྱུའི་སྟོང་ཉིད་ཟུར་དུ་འཆར་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོན་ཀྱང་  
 དེས་ངོ་དེ་ན་ང་མི་སྟངས་བ་ཡིན་གྱིང་མེད་པར་སྟངས་བ་མ་ཡིན་ནོ། །འཇོན་པར་བྱ་  
 བ་མཆོག་ཏུ་བྱུར་པའི་གསུང་གི་མན་ངག་ཡོད་མོད་ཀྱི་ཞིབ་པར་དགོ་བའི་མཐེས་  
 གཉིན་མཉིས་པར་བྱས་པ་ལས་ཤེས་པར་བྱའོ།

དེ་ཡང་གང་ཐག་དང་ཆོས་གང་ཡིན་ཡང་ཡུལ་སྟེང་ན་བྱ་བ་ཚུལ་ཇི་ལྟར་  
 འདུག་དོན་དམ་དཔྱད་པའི་རིག་པ་ཡང་དག་གིས་བཅའ་བ་ན་མཐར་གང་དུ་འང་  
 མ་བྱུང་བའམ། ཡུལ་སྟེང་ན་རྟེན་རྒྱ་རུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པའི་དེས་པ་ལྷང་གིས་

སྐྱེས་པ་དེ་ཀའི་རྒྱན་སྐྱོང་བ་ཡིན་གྱི། དེ་ལྟར་བཅལ་བས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་ཆེད་རྒྱ་  
 མེད་པར་ངེས་པ་ཅམ་གྱིས་མི་ཆོག་པར། ད་དུང་དེའི་སྤྲོད་དུ་བདེན་པར་བྱ་བ་པ་  
 མེད་སྐྱུ་དུ་ལན་རེ་རེ་ཞིང་སྐར་ཡང་དགག་བྱའི་བྱད་པར་ངེས་པར་སྐར་ནས་  
 སྐྱོང་དགོས་སྐྱུ་པ་ནི། དོན་དམ་དཔྱོད་བྱེད་གྱི་རིག་པས་བཅལ་བས་མ་ཆེད་  
 བ་དེ་བདེན་པར་མེད་པའི་དོན་དུ་མ་གོ་བར་དོན་དམ་དཔྱོད་པའི་རིག་པས་བཅལ་  
 བ་ན་མ་ཆེད་པའི་ཆོད་ལྟར་བཅལ་བས་མི་འདུག་གོ་སྐྱུ་དུ་འཛིན་བ་ཆད་ལྟར་  
 མོང་གིས་དོགས་ན་ནི་དོན་དམ་དཔྱོད་པའི་རིག་པས་བཅལ་བ་ན་མེད་པ་དེ་གཏན་  
 མེད་གྱི་དོན་དུ་འཛིན་བ་ཞེ་ཐུགས་སུ་འཆངས་འདུག་པས་ལྷ་བའི་གོལ་ས་ཤིན་དུ་  
 ཆེ་བ་ལ་གནས་པའོ།།

གཞན་ཡང་མེ་ལོང་ནང་གི་བྱད་བཞིན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་བྱད་བཞིན་དུ་  
 སྐར་པའི་ཆོ། གཟུགས་བརྟན་གྱི་ཆ་འདི་ནས་བྱད་བཞིན་དུ་སྐར་ལ་ཆ་འདི་ནས་  
 བྱད་བཞིན་དུ་མི་སྐར་ཞེས་པའི་དབྱེ་བ་མེད་པར་ཆ་ཐམས་ཅད་ནས་བྱད་བཞིན་དུ་  
 སྐར་བ་བཞིན་དུ། ང་དང་མེས་པ་དང་ཕྱི་འཁྱུ་ལུ་པ་སོགས་གང་ཡིན་ཀྱང་། རང་  
 གི་མཆན་ཉིད་གྱིས་བྱ་བ་པར་སྒོལ་སྐར་བ་ན། གང་ཟག་དང་ཆོས་དེ་དང་དེའི་ཆ་  
 འདི་འདྲ་ཞིག་རང་གི་མཆན་ཉིད་གྱིས་བྱ་བ་པར་སྐར་གི་ཆ་འདི་འདྲ་ཞིག་རང་གི་  
 མཆན་ཉིད་གྱིས་བྱ་བ་པར་མི་སྐར་ཞེས་པའི་དབྱེ་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པར་ཆ་  
 ཐམས་ཅད་ནས་རང་གི་མཆན་ཉིད་གྱིས་བྱ་བ་པར་སྐར་བར་འདུག་པའི་ནས་  
 བཤད་ཆེན་མོར་གསུངས་པ་ལྟར། དེ་འདྲ་བའི་རང་གི་སྒོའི་སྐར་ཚུལ་ངེས་པར་

བྱས་ནས་སྒྲུབ་ཚུལ་དེ་ལྟར་དུ་བྱུང་བ་ལྷག་མ་མེད་པར་རང་གི་སྒྲོ་ངོར་ཁེགས་  
 པའི་ངེས་པ་འདྲེན་ཐུབ་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི། ར་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་བ་  
 རང་གི་སྒྲོ་ངོར་བཀག་པའི་ཤུལ་ན་ད་དུང་ང་མཁུང་ཐང་ངེ་བ་ཞིག་བྱ་བ་བྱེད་ནས་  
 སྐྱོ་ངོར་ལུས་པ་ནི་མགོ་ལ་འབྱར་བའི་ན་བ་བཅད་པའི་ཤུལ་ན་ད་དུང་མགོ་ལ་  
 ལུས་པ་ལྷ་བྱ་སྟེ་དབུ་མའི་ལྷ་བ་སྒྲོང་བའི་སྤྱོད་མཚན་ནའང་མི་གནས་སོ། །སྒྲུབ་  
 ཚུལ་དེ་ལྟར་བྱུང་བ་ཁེགས་པའང་། གོང་དུ་ཁེགས་པ་ལྟར་དོན་དམ་དཔྱད་པའི་  
 རིགས་པ་ཡང་དག་གིས་དཔྱད་པའི་ཆོ་དཔྱད་ཚུལ་གཅིག་ལ་བྱང་ནས་ཡང་  
 རིགས་པ་དེ་ལས་གཞན་ཞིག་གིས་དཔྱད་པ་སོགས་སྒྲུངས་ནས། ར་ལྷ་བྱ་གཅིག་  
 སྒྲུབ་ཚུལ་དེ་ལྟར་བྱུང་བ་འགོག་པའང་རིགས་པ་མི་འདྲ་བ་དུ་མས་དཔྱད་པ་  
 དང་། ར་ལྷ་བྱ་ལ་དེ་ལྟར་གོམས་པའི་རྗེས་ནས་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་བསྐྱོམ་  
 པའང་ད་དུང་ཡུལ་གཞན་ལ་སྒྲོ་ཚུལ་རིམ་བཤུར་དགོས་པ་དང་། དེ་ནས་ཆོས་  
 ཀྱི་གསལ་བ་སོ་སོ་ལ་དཔྱད་པའི་གཞིར་བྱས་ནས་དབྱེད་བསྐྱོམ་བྱེད་ཚུལ་རྣམས་  
 ཞེས་ནས་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཚུལ་ལ་སྒྲོ་བ་སྤྱོད་མཚན་ནས་དབུ་མའི་གཞུང་ལུགས་  
 ལ་སྒྲུངས་མ་སྒྲུངས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ལ་བྱུང་བྱུགས་ཚུལ་ལོན་ཏུ་ཆེ་བར་འགྱུར་བར་  
 གོ་ནས་གཞུང་ཆེན་མོའི་ཐོས་བསམ་ལའང་གུས་པར་འགྱུར་གྱི། སྒྲུབ་ཀྱི་དབྱེད་  
 སྐྱོམ་ལྟར་སྒྲུབ་དེ་ལྟར་ན་ཐོས་བསམ་དགོས་དོན་མེད་དོ།

ད་ལྷ་ཁ་ཁེགས་དང་བཀག་པ་དྲག་བྱེད་པའི་ཆོ་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་  
 བྱུང་བ་ཐ་སྐད་དུ་འང་མེད་པར་འགོག་ཚུལ་དང་། དེ་ལྟར་བཀག་ཀྱང་རང་གི་སྒྲོ་

ཡུལ་དུ་ཐ་སྐྱོད་བཞག་པ་མེད་པའི་འཛིགས་པ་མི་སྤྱི་བར་རྟེན་འབྲེལ་གཞོན་མེད་  
 དུ་འཛོག་ཚུལ་ལེགས་པོ་སྤྲོ་ཤེས་ཀྱང་། གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་རང་གི་སྒོ་ལ་ཆ་  
 ཐམས་ཅད་ནས་རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པའི་དོན་གྱི་སྤྲུང་ཚུལ་སྤྱོད་བས་  
 གྲུབ་ངེས་ཤིག་བྱས་ནས་སྤྲུང་ཚུལ་དེ་ལྟར་ཡོད་པར་རང་གི་སྒོ་ངོར་ཆ་ཐམས་ཅད་  
 ནས་ལེགས་པའི་ལྷ་ག་མ་མ་ལུས་པ་ཞིག་སྤྱོད་ཐོག་དུ་ཆེར་གྱིས་སྒྲོབ་པའི་གོ་ཚུལ་  
 ཞིག་བྱུང་བ་ན། ད་དེའི་ཤུལ་དུ་གང་ཡང་ལུས་པ་མེད་པའི་ཡེ་མེད་དུ་འགྲོ་བ་  
 འདུག་སྟེ་མ་པའི་སྒྲག་པ་ཆེན་པོ་སྤྱི་བ་འབྱུང་སྟེ། སྤྲོད་ཉིད་ཟབ་མོ་ལ་དངངས་  
 སྒྲག་སྤྱི་ལུགས་རྣལ་མ་འོང་བའི་མཚམས་སུ་སྤྱི་བས་བའང་ཤིན་དུ་དཀའ་ན།  
 སྤྲོད་ཉིད་ཀྱི་གོ་བ་སྤྱོད་ཐོག་དུ་སྤྱི་བས་པའི་ངེས་ཤེས་རྟེན་པ་རྣལ་མ་སྤྱི་བ་ཐམས་  
 ཅས་དུ་སོང་བ་ལྷ་སྒོས་ཀྱང་ཅི་ཞིག་དགོས། སྒྲག་པ་སྤྱི་ལུགས་དེ་འདྲ་འོང་བའི་  
 མཚམས་དེར་སྤྱོད་ཆེད་སྤྲོད་ཉིད་ལ་མོས་པ་ལྟར་སྤྲུང་ཡོད་པ་ཅི་རིགས་ལ་ཆད་ལྷ་  
 ཆེན་པོ་སྤྱི་བ་འོང་ཡོད་པས། སྤྱི་བས་དེར་སྤྱོད་ཚུལ་མ་ཁས་པས་མཉམ་གཞག་གི་  
 ངེས་ངོར་ལྷ་ག་མ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་ལུས་ཀྱང་། དེ་ལས་རྗེས་ཐོབ་དུ་ཚུར་ལངས་  
 ནས་བཀག་པ་དེའི་ཤུལ་ན་ལུས་པ་ཅི་འདུག་པ་བལྟས་པ་ན། ང་ཞེས་སོགས་ཀྱི་  
 མིང་ཅམ་ཞིག་ལུས་པ་དང་མིང་དེ་ཡང་རྟོག་པས་གཞི་མེད་དུ་སྤྲུང་བའི་རྟོག་  
 བཏགས་མིང་རྒྱང་ཅམ་དུ་ཟད་པར་ངེས་པ་ལྟར་འདྲན་བྱུང་བ་དང་། མིང་རྒྱང་  
 ཅམ་དེའི་དོན་ལ་དབྱུང་བ་ཅིའང་མ་བྱས་པར་མིང་རྒྱང་དེའི་རྗེས་སུ་འབྱངས་ནས་  
 ཞུགས་པས་ལས་གསོག་པ་དང་བདེ་སྤྱུག་སྤྱོད་པ་དང་བཟའ་བཏུང་སོགས་ཀྱི་བྱ་

བ་བྱེད་ཀྱིས་སྤྱོད་བས་བྱུང་ནས་ཏེན་འབྲེལ་དང་སྤྱོད་ཏིང་མི་འགལ་ཞིང་བྱུང་  
 དུ་འཇུག་པའི་ཚུལ་ལ་ངེས་པ་སྤྱིང་ཐག་པ་ནས་སྤྱོད་ལུགས་ཁའི་བཤད་པ་ཙམ་གྱི་  
 རེས་སྤྱོད་འབྲངས་པའི་བྱུང་མཐའ་འཆའ་བ་སྤྱོད་བྱེད་པའི་དུས་ཀྱི་ངེས་པ་སྤྱོད་  
 ལུགས་དང་འཁོར་ཏུ་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ཡོང་བ་ཡིན།

དེ་ལྟར་སྤྱོད་སྤྱོད་བས་གྱིས་བྱུངས་པའི་ངེས་པ་ཡིད་འགྱུར་བ་ཐོན་པ་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 པ་ན། སྤྱོད་ཆོག་གི་བཤད་པ་འགྲིག་འགྲིག་ཡུན་རིང་པོར་བྱས་པ་ཐམས་ཅད་གྱི་  
 རོན་གཤོད་གོ་བ་འདྲ་བའི་ངེས་པ་སྤྱོད་ཚུལ་ཞིག་དང་། དེ་བྱིན་ཆད་བཤད་པ་དང་  
 ལྷ་ཏོགས་བྱས་པ་ཐམས་ཅད་གྱིས་ཚུར་སྤྱོད་པ་འདོན་ཚུལ་ལ་ངེས་པ་རེ་ཆེར་  
 འདྲན་བྱུང་བ། བཤད་སྤྱོད་པ་མཚུན་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་པའི་ཆོས་བྱེད་ཚུལ་དང་།  
 ལམ་ལ་ཤེས་ནས་དད་པ་ཐོབ་ལུགས་དང་། དེ་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་མ་ལ་སྤྱིང་ཐག་པ་  
 ནས་དད་པ་སྤྱོད་ཚུལ་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་པའི་ཁུར་འབྲེལ་ཚུལ་ཙམ་དང་ཞེན་པས་འཇུག་པ་  
 ཙམ་དུ་མ་སོང་བ་ཞིག་ཡོང་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པར་ལྷ་བའི་སྤྱོད་པ་བྱུང་  
 ཐད་ཅིག་སྤྱོད་པར་བསྐྱོན་པ་ནས་ཁ་ལ་ཅི་ལྟར་སྤྱོད་པ་འདོན་པ་གཞུང་ཆེན་མོའི་  
 སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་ཞེ་ཅིས་ཚུང་གཏིང་གིས་སོང་བ་ཞིག་བྱུང་ན། ལོག་པའི་ལམ་ཆེན་མོ་  
 ལ་ཞུགས་པའི་ཏུགས་ཡང་དག་ཏུ་ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག །སྤྱོད་བཤད་པ་ལྟར་བྱུང་  
 བ་དེ་ནི་དབུ་མ་ལྷ་བའི་གཞུང་ཆེན་མོ་རྣམས་བཤད་པ་ན་སྤྱོད་ཐོག་ཏུ་མ་ཁེལ་བ་  
 རྣམས་ཀྱི་འཆད་ཚུལ་དང་། གཏིང་བྱིན་མ་བྱིན་དང་སྤྱོད་པའི་སེམས་སྤྱོད་དུ་གོ་  
 བ་སྤྱོད་ཚུལ་ལ་བྱུང་པར་འཁོར་ཏུ་ཆེན་པོ་མཛོད་གྱུར་དུ་གསལ་བར་རིག་ཡོང་བ་ཡིན་



ནོ། །དབུ་མའི་ལྷ་བའི་རྟོགས་དཀའ་ས་མཐར་ཐུག་པའང་སྤར་བཤད་པ་དེ་ཉིད་  
ཡིན་ཏེ། འདི་ལ་ཁའི་ཟེར་ཚུལ་ཙམ་མ་ཡིན་པའི་སྒྲོ་སྤྱང་ནས་ངེས་པ་འདྲོངས་པ་  
ཡིན་ཏུ་དཀའ་བས་ཐལ་འགྱུར་བའི་ལྷ་བ་གོ་བ་སྤྱད་མཐར་ཙམ་དུ་སོང་བ་ཡིན་ནོ།

རྗེས་ཐོབ་སྤྱུ་མ་ལྷ་བའི་ལྷ་བ་སྤྱོད་པ་ལའང་ཉམས་བཟང་བའི་སྤྱོད་པས་  
གྲིས་རྗེས་ཐོབ་ཏུ་སྤྱང་བ་ཐམས་ཅད་བུན་ལོང་གིས་སོང་བ་དང་། མཉམ་གཞག་ཏུ་  
སེམས་གནས་ངེས་འགའ་བྱུང་བའི་སྤྱོད་པས་གྲིས་རྗེས་ཐོབ་ཏུ་སྤྱང་བ་ཐམས་ཅད་  
སྤྱག་མེད་དུ་སོང་ནས་ཐོགས་བརྒྱགས་གྲི་སྤྱ་འཐས་མེད་པའི་གསོག་དང་གསོབ་  
ལྷ་བུར་འཆར་བ་དང་། མཉམ་གཞག་ཏུ་ཡོད་མིན་མེད་མིན་གྱི་དོན་བསྒྲུལ་བར་  
འདོད་ནས་ཅིའང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པ་གོམས་པའི་ཤུགས་གྲིས་རྗེས་ཐོབ་ཏུ་སྤྱང་བ་  
ཐམས་ཅད་འདི་ཡིན་གྱི་ངོས་བཟུང་མེད་པར་འཆར་བ་སོགས་གང་ལའང་དབུ་མ་  
རང་རྒྱུད་པའི་སྤྱུ་མ་ལྷ་བའི་ལྷ་བ་སྤྱོད་པའི་ཡང་ཕྱོགས་ཙམ་ན་མི་གནས་ན་ཐལ་  
འགྱུར་བའི་ལྷ་བ་ལྷ་ཅི་སྒྲོས་ཏེ། སེམས་ཙམ་པའི་རྗེས་ཐོབ་གྲི་སྤྱོད་ཚུལ་གྱི་འང་ཆ་  
ཙམ་ན་མེད་དོ།

ད་ལྷ་དམིགས་རྣམ་གོམས་པར་གཏན་མ་བྱས་པའི་ཐོས་བསམ་པས་  
དབང་ཤེས་དང་ཡིད་ཤེས་ལ་སྤྱང་བ་སྤྱོད་པས་ཤར་བའི་ཆོ་འདི་རྣམས་རང་  
བཞིན་གྲིས་གྲུབ་པ་མེད་སྤྱུ་མ་དུ་དྲན་པར་བྱས་པ་ལའང་སྤྱང་སྤྱོད་ཆོགས་པའི་སྤྱུ་  
མ་ལྷ་བའི་འཆར་ཚུལ་ཙམ་ཞིག་ཡོད་མོད་ཀྱང་ལྷ་བ་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་པས་སུ་ནི།  
མཉམ་གཞག་ཏུ་སྤར་བཤད་པ་ལྷ་བ་ལེགས་པར་བསྐྱངས་ནས་རང་བཞིན་མེད་

པར་ངེས་པ་ལ་ཡིད་ལེགས་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱོད་བསྐྱེས་པའི་སྒྲོབས་གྱིས་དེ་  
ལས་ལངས་བ་ན་མཉམ་གཞག་དེའི་ཤུགས་ཀྱི་སྤྱོད་བསྐྱེས་ལྟ་བུར་འཆར་ཚུལ་  
ཞིག་དགོས་དེ། བྱ་བ་བྱེད་ཅུས་སུ་བསྒྲོན་མ་ཅུས་བར་བྱུང་གྱུང་བཏགས་ཡོད་  
མིང་རྒྱུང་ཙམ་མ་གཏོགས་ཡུལ་རང་གི་སྤྱོད་ཤུགས་སུ་བྱུང་གྱུང་ཟད་གྱུང་མི་  
འདུག་པར་མཉམ་གཞག་གི་ཤེས་པ་དེའི་ཕྱི་མ་ཡལ་བའི་དབང་གིས་ཡིད་ངོར་  
འཆར་བའོ། །དེ་ལྟ་བུའི་མཉམ་ཆེས་ཀྱི་རྒྱུན་གོམས་པ་ཆེར་སོང་ནས་ཆེས་ཐོབ་ཏུ་  
ལྷ་བ་དཔྱ་ཙམ་གྱིས་གང་སྤྱོད་སྤྱོད་ལྟ་བུར་འཆར་བར་འགྱུར་རོ།

དེ་ལུང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་ཞེས་པ་ཡང་འདྲགས་པ་པོ་ནི་རྟོག་པ་  
ཡིན་ལ། ལུང་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་འདྲགས་ཚུལ་ཡང་། སྒྲོ་ལྷན་སྤྱོད་རང་དགའ་བ་  
འདི་ལ་ངའོ་སྒྲུལ་པའི་སྒྲོ་སྤྱོད་བཞི། སྒྲོན་དུ་རང་གི་ལུང་པོ་ཆོགས་པའམ་ལུང་པོའི་  
ཆ་གང་རུང་གཅིག་སྒྲོ་ཡུལ་དུ་ཤར་བ་ལ་བརྟེན་ནས་ངའོ་སྒྲུལ་དུ་འཛིན་པར་  
འགྱུར་གྱི། རང་གི་ལུང་པོའི་ཆོགས་པའམ་ལུང་པོའི་ཆ་གང་ཡང་སྒྲོ་ལ་མ་ཤར་  
བར་ངའོ་སྒྲུལ་པའི་སྒྲོ་སྤྱོད་མི་སྤྱོད་དེ། ལྷ་ལྷེར་བ་དང་མཆུ་འཕྱང་བ་སོགས་སྒྲོ་  
ཡུལ་དུ་ལམ་གྱིས་ཤར་བ་ན་བདེ་ལ་བྱང་བའི་སྤྱོད་བསྐྱེས་ལ་བུམ་པའོ་སྒྲུལ་  
པའི་སྒྲོ་ངང་གིས་སྤྱོད་ལ། ལྷ་ལྷེར་བ་དང་མཆུ་འཕྱང་བ་སོགས་གང་ཡང་སྒྲོ་ལ་མ་  
ཤར་བར་བུམ་པའོ་སྒྲུལ་པའི་སྒྲོ་ངང་གིས་སྤྱོད་ཐབས་མེད་པ་བཞིན་ནོ། །རྟོག་པས་  
དེ་ལྟར་འཛིན་པའང་རང་གི་ལུང་པོ་སྒྲོ་ལ་ཤར་ཙམ་ན་ངའོ་སྒྲུལ་དུ་འཛིན་པ་ཙམ་  
མ་གཏོགས། དེ་ལྟར་འཛིན་པ་རྒྱུ་མཆོན་གང་ལའང་བརྟེན་ནས་སྤྱོད་མི་དགོས་པ་

དང་། ར་དང་ཕུང་པོ་དངོས་སྤྱིང་ནས་ངོ་བོ་གཅིག་ཏུ་གྲུབ་པ་དང་། རོ་བོ་ཐ་དང་  
 དུ་གྲུབ་པ་གང་གི་འདྲ་འཛིན་ཚུལ་མི་འདུག་པ་ནི་ཁ་ནང་དུ་སྤྱོད་ནས་ནས་བལྟས་  
 བས་གསལ་བར་ཤེས་པར་འགྱུར་རོ། རྟོག་པས་འདོགས་ལུགས་ལེགས་པར་  
 མ་ཤེས་པར་རྟོག་བརྟགས་ཅན་ཡིན་ནོ་སྟེ་དུ་བསྒྲོམས་པར་བྱས་ཀྱང་སྒྲི་སྒྲི་ཅན་  
 དུ་ཟད་མོད་ཀྱི་ཞིབ་པར་མ་བྱིས་སོ།།

མཉམ་རྒྱུ་ལྷ་བའི་སྤྱིང་ཚུལ་ལ་ཞིབ་པར་ནི་དམིགས་རྣམ་སྤྱིང་ཚུལ་  
 བྲམས་ཁྱིད་པའི་མན་ངག་ལས་ཤེས་པར་བྱ་དགོས་ལ། འདིར་ནི་དོགས་པ་དང་  
 གོལ་ས་གཅིད་པ་ཅུང་ཟད་ཅན་ཞིག་སྤྱིང་པ་ཡིན་ནོ། རྟེ་ཡང་རྒྱུ་ཐམས་ཅད་  
 མཁྱེན་པ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་བཀའ་བརྒྱུད་འཛིན་པར་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི།  
 ལྷ་བ་སྤྱིང་བའི་མན་ངག་ལ། འཕགས་པ་ཡབ་སྐུ་ཀྱི་གཞུང་གི་རིགས་པའི་  
 སྤོལ་དང་ཐལ་འགྱུར་བའི་རྟགས་ཀྱི་དགག་བྱའི་ཆོད་བཟུང་བའི་སྤྱོད་པ་དོན་མ་  
 བོར་བའི་ངང་ནས་གསུང་རབ་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པའི་བདེ་ལས་མ་  
 བཞུལ་བ་དང་། རྒྱུ་ལས་པ་ལྷག་མཐོང་ཆེ་ཆུང་ལ་སོགས་པའི་ནང་དུ་ལྷ་བ་  
 སྤྱིང་བའི་རིམ་པ་དང་། སྤྱིང་ཚུལ་དང་གོལ་ས་བཀག་པ་སོགས་ལེགས་པར་  
 རེས་ནས་དེའི་དོན་དང་ཐ་སྙད་སོར་བཞག་པ་ལ་དམིགས་རྣམ་སྤྱིང་བའི་དུས་ཀྱིས་  
 ཟུར་འདོན་ཚུལ་སོགས་རྒྱུ་ལས་ཀྱི་དགག་པའི་མན་ངག་གིས་བརྒྱན་པའི་སྤོ་  
 རས་ལས་སྤོལ་མ་ཤོར་བ་ལ་འབད་བར་བྱའོ།།

དེ་དག་ལས་བཞུལ་ནས། བོད་སྤོལ་གསུང་རབ་དང་རིགས་པའི་བདེ་

ལ་མ་བྱང་བ་འགའ་ཞིག་གིས་སྐྱུ་སྐུ་སྐུ་སྐུ་དཔྱད་ཚུལ་དང་། མ་བཅས་སྐུ་ག་པ་  
 དང་། ད་ལྟའི་ཤེས་པ་སོ་མ་དང་། རྟོག་པ་གང་ཤར་གྱི་རང་ཞལ་བསྐྱུ་བ་དང་།  
 རིག་པ་རྒྱུ་འདེད་ལ་སོགས་པའི་དོན་དང་ཐ་སྐྱོད་ཕྱིན་ཅི་ལོག་དག་བསྐྱུ་བའི་  
 གཞོད་བ་ཆེན་པོ་མི་བྱ་ཞིང་། གསལ་བ་སེམས་གྱི་མཆན་ཉིད། སྐྱོང་བ་སེམས་  
 གྱི་རང་བཞིན། བཅས་མིན་སེམས་གྱི་ངོ་བོ་ལ་སོགས་པ་དང་། གསལ་སྐྱོང་བྱུང་  
 འཇུག་དང་། བཞོད་མེད་གྱི་དོན་བསྐྱོམ་པ་དང་། རིག་པ་ཤེས་སྐྱོང་ལྟ་བུ་ལ་  
 སོགས་པ་དང་། ང་གང་ན་འདུག་ཆོལ་བ་དང་། སེམས་ཆོལ་ལ་སོགས་པ་མན་  
 ངག་གཞན་གྱི་དོན་དང་ཐ་སྐྱོད་གང་ཡང་འདིར་བསྐྱུ་བར་མི་བྱ་ཞིང་། འདི་ནས་  
 གྲུང་དེ་དག་ཏུ་བསྐྱུ་བར་མི་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟར་བསྐྱུ་བ་ན་མན་ངག་ཐམས་ཅད་གྱི་  
 རང་རང་གི་སྐྱོལ་ཐམས་ཅད་འཇུག་པས་ནས། མན་ངག་རང་རང་གི་སྐྱུར་གྱི་སྐྱོལ་  
 མི་འདྲ་བ་གང་ཡོད་ཤོར་ཏེ་གང་ལའང་འདིའི་ལུགས་ཡིན་ཞེས་བཞག་ཏུ་མེད་  
 པའི་ཆལ་ཆོལ་དུ་འགྱུར་བས་བསྐྱུ་བ་ལ་གཞོད་བ་ཆེན་པོར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ།

དེ་བཞིན་དུ་ཇོ་བོ་ཆེན་པོ་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་ཤའི་གདམས་པ་ལམ་གྱི་རིམ་  
 པ་ལ་ཡང་། གཞུང་པ་དང་གདམས་ངག་པའི་དགོ་བའི་མཁེས་གཉེན་ཆེན་པོ་  
 དག་གིས་མཛོད་པའི་གདམས་ངག་གི་ཡི་གེ་རིམ་པ་དུ་མ་དང་། སེམས་དབའ་  
 ཆེན་པོ་པོ་ཏྲ་བ་དང་སྐུན་སྐྱུ་བ་དང་འཆད་ཁ་བའི་གསུང་བཞུགས་ལ་སོགས་པ་སྐྱུ་  
 ཕྱི་དུ་མ་དང་། དགོ་བསྐྱུ་བ་ཆེན་པོ་ཁམས་ལུང་པའི་གསུང་གི་རྗེས་སུ་འབྲངས་  
 བ། མཁེས་གཉེན་ཆེན་པོ་གྲོ་ལུང་པའི་བསྐྱུ་བ་རིམ་ཆེ་ཆུང་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་

ཐམས་ཅད་ལའང་རྒྱལ་བ་དགེའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ། གསུང་རབ་ཆེན་མོ་དག་  
གི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ། དམ་བ་བརྒྱད་པའི་གསུང་གིས་བརྒྱན་པ། མཁས་པ་  
དགའ་བ་བསྐྱེད་པའི་འཇུག་འགས་སྐད་དུ་བྱུང་བ་ཡོད་མོད་གྱི། དེ་ལྷ་ནའང་རྗེ་  
ཐམས་ཅད་མཁུན་པ་ཉིད་གྱི་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཆེ་ཆུང་གི་གདམས་པའི་  
གསུང་རབ་སྐྱེགས་བམ་དུ་མཛད་པ་འདི་དག་ལ་ནི། གསུང་རབ་དགོངས་  
འབྲེལ་དང་བཅས་པ་མ་ལུས་པ་གང་ཟག་གཅིག་འཆང་རྒྱ་བའི་ཆ་རྒྱེན་དུ་འགྲོ་  
བའི་ལམ་གྱི་ལུས་ཡོངས་སུ་རྗེགས་པའི་བྲངས་དང་གོ་རིམ་ལ་སོགས་པ་དང་།  
ད་ལྷ་རྒྱུད་ལ་བསྐྱོར་བའི་དམིགས་རྣམས་གྱི་རིམ་པ་སྤྱོད་ཐོག་དུ་འབྱེད་ཆུང་སོགས་  
ལམ་གྱི་ལུས་སྤྱི་དང་ཡན་ལག་སོ་སོ་ཐམས་ཅད་ལ་སྤྱོད་ཆད་གངས་རིའི་ཁྲོད་  
འདིར་སྤྲུལ་ཀྱང་མ་ཐོན་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལུས་དུ་བྱུང་བའི་ཁྲད་པར་སྤྱོད་  
མེད་པ་ཡོད་པའི་ཆུང་ལ་སྤྱོད་ཐོན་མ་ཞུགས་པའི་དཔྱད་པ་ཞིབ་པར་བྱས་ནས་ངེས་  
པ་རྟེན་པ་དང་། དེའི་སྤྱིས་བྱ་ཆུང་འབྲིང་བྱང་ཆུབ་སེམས་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་སྤྱི་ལ་སྤྱོད་  
པ་དང་བཅས་པ་ལྷ་ཁྲིད་གྱི་སྤྱོད་འགྲོ་ཡིན་པས་འགངས་ཆེ་ས་ནས་ཉམས་ལེན་གྱི་  
གནད་མ་འཕྲུགས་ཤིང་། ལམ་གྱི་ལུས་ལ་གོ་བ་ཅུང་ཡང་མ་ཆགས་པར་མ་སོང་  
བ་ཞིག་གནད་དུ་ཆེ་བ་ཡིན།

དེ་བས་ན་བྱིན་རྒྱལ་བ་གྱི་བརྒྱད་པ་མ་ཉམས་པའི་སྤྱོད་མའི་རྣལ་འབྱོར། །  
ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་སོགས་མ་གཏོགས་སྤྱོད་འགྲོ་གང་དཀྱིལ་འདེབས་ལུགས་མི་  
བྱ། ཁྲད་པར་དུ་ལྷག་མཐོང་གི་རྒྱ་ཚོགས་གསུངས་པ་རྣམས་དང་། བདག་མེད་

རྟོགས་པའི་ལྷ་བའི་ཕན་ཡོན་ཞིབ་ཏུ་བསམས་ནས་ངས་པ་དྲག་པོ་སྐྱེས་པའི་  
 སྟོབས་ཀྱིས། ལྷ་བ་ལ་ཚོལ་འདོད་སྐྱེས་པ་ཞིག་དང་། དེ་ཡང་འཕགས་པའི་  
 དགོངས་པ་དཔལ་ལྷན་རྒྱ་བས་བཀལ་བ་ལས་གཞན་གྱི་རྗེས་སུ་ཞུགས་ཀྱང་ལྷ་  
 བའི་གནད་མཐར་ཐུག་པ་མི་རྟེན་པ་སོགས་ལ་ངས་པ་སྐྱེས་ནས་ལུགས་དེའི་ལྷ་བ་  
 སྐྱོང་ཚུལ་ལ་ཤེས་འདོད་སྐྱེས་པ་ཞིག་དགོས་པས་སྟོན་འགྲོ་གཙོ་བོ་འདི་དག་རྒྱུ་  
 ལ་སྐྱེ་བའི་ཐབས་ལ་འབད་པར་བྱའི། འགངས་རྒྱུང་བ་ལ་ནན་ཏན་ཆེ་བར་མི་བྱ་  
 ཞིང་། སྟོན་འགྲོ་དེ་ལྷ་བ་མ་ཆང་བའི་གཡམ་ལ་རྒྱགས་ཅམ་གྱི་ལྷ་བ་སྐྱོང་ཚུལ་  
 དོན་གཉིས་དང་། བདེན་པར་མེད་པ་དང་། རང་བཞིན་མེད་པ་དང་། སེམས་ཀྱི་  
 བཟོ་བྱས་པ་དང་། རྟོག་པས་བཏགས་པ་ཅམ་དང་། མི་ལམ་སྐྱུ་མ་སོགས་ཀྱི་  
 ཆོག་བཟང་བཟང་འགའ་ཞིག་ཅམ་གྱིས་ཆོམ་ནས་འགྲོ་བའི་སྟོབས་དང་། དེ་ལྷ་  
 བའི་སྟོན་ཚུལ་གང་བྱུང་ཅམ་གྱིས་མགོ་སྐྱོར་བྱེད་པའི་བཤེས་གཉེན་གཉིས་ཀ་ལ་  
 སྐྱོང་བོ་ཅིའང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ།

འདིར་སྐྱེས་པ། རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ཀུན་གྱི་སྐྱོང་བོའི་དོན། འདུས་  
 གསུམ་འཕགས་པ་ཀུན་གྱི་བགྲོད་གཅིག་ལམ། སྐྱིབ་པའི་བག་ཆགས་ཀུན་གྱི་  
 རྒྱངས་འབྱིན་པ། ཡང་དག་ལྷ་བ་གོམས་ལས་གཞན་ཡོད་མིན། དེ་ལྷ་མོ་དེ་གྱི་  
 རྒྱ་སྐྱབ་བཞེད་པའི་དོན། དཔལ་ལྷན་རྒྱ་བས་ཇི་ལྟར་བཀལ་བ་ལས། བྱི་རོལ་  
 བྱུར་ལ་ཡང་དག་ལྷ་བའི་གནད། ཇི་བཞིན་རྟོགས་པའི་གོ་སྐྱབས་གལ་ཞིག །  
 རྒྱལ་འདི་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི། འདོས་ཀྱི་གདུལ་བྱ་དུ་མའི་ཡང་། སྐྱོང་

ཡུལ་མ་གྲུང་དེ་དག་ལ། །རྒྱལ་བས་བྱང་དོན་གསུངས་ཤེས་སྤྲོ། །རྒྱལ་བས་  
 ལུང་བསྟན་ཤིང་རྟེན་ཆེ། །དབྱིག་གཉིན་དཔལ་ལྷན་ཆོས་སྦྱང་དང་། །ཕྱོགས་གྲང་  
 ཆོས་གཤམ་དེ་བཞིན་དུ། །སྤྲུལ་སྤྲུལ་པོ་ལེགས་ལྷན་འབྱེད། །ཡེ་ཤེས་སྤྱིང་པོ་  
 ཞི་བ་འཛོ། །འཕགས་སང་བརྒྱའི་ངང་ཚུལ་སོགས། །ཉམས་སྤང་མ་ཡིན་རང་  
 མཚན་པར། །ལྷག་པའི་ལྷ་ཡིས་བཤེས་གཉིན་མཛད། །བོད་ཀྱི་གྲུབ་ཐོབ་པལ་  
 ཆེར་གྱིས། །ཆར་མི་མོད་པའི་རྟོགས་པ་བརྟེས། །ད་ལྟའི་ཤིང་རྟེན་རྣམས་  
 ཀྱིས། །སྤྱོད་ཉིད་ཟབ་མོའི་གནས་འདི་ནི། །ཐུགས་སུ་མ་ཆུད་སྤངས་སོ་ཞེས།  
 གཞུང་ལུགས་འཆད་པར་རྫོམ་པའི་ཆོ། །ཆོས་ཆོས་མེད་པར་སྤྲོ་བ་ལ། །མགྲིན་  
 པ་བརྒྱུངས་ཏེ་ཅི་དགར་འཇུག། །གཏམ་དེ་བརྒྱུངས་ནས་སྤྲར་ཡང་འདིར། །ཡང་  
 དག་ལྷ་བའི་ཉམས་ལེན་ལ། །ཅུང་ཟད་སྤྲོ་བར་ཞུགས་པ་ན། །བོད་འདིར་མཁས་  
 རྩོངས་སོ་སོ་ཡི། །རྣམ་པར་སྤྲར་བའི་མན་ངག་ནི། །དུ་མ་ཞིག་དང་དེ་དག་གི།  
 །རྗེས་འབྲང་རིགས་པའི་ལམ་བཟང་བ། །གང་ཡང་མ་བསྐྱབ་དུ་མ་ཡིས། །སྤྲོ་  
 བའི་རང་སེམས་སྤྱོ་མེད་དང་། །རང་སེམས་ཆོས་སྤྱི་རང་ཞལ་ལྷ། །མ་བཅོས་  
 སོ་མ་རྗེན་ཆེར་དང་། །ཐམས་ཤེས་པ་ལྷག་པར་འཛོག། །རིག་པ་རྒྱུང་འདེད་བྱེད་  
 པ་དང་། །མཉམ་རྗེས་འདྲེས་དང་གནས་འགྲུ་འདྲེས། །གང་ཤར་ཆོས་སྤྲོ་ལ་  
 སོགས་པའི། །དོན་དང་ཐ་སྙད་སོར་འཛོག་ཅིང་། །དབུ་མའི་གཞུང་ལ་གྲགས་པ་  
 ཡི། །ཐ་སྙད་འགའ་ཞིག་མ་རྟོགས་ཀྱང་། །དོན་དམ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི། །  
 སེམས་ཉིད་གནས་ལུགས་ཆོལ་བ་ཡི། །ཡང་དག་ལྷ་བའི་ཟབ་མོའི་གནད། །

འབྲུལ་པ་མེད་ཅེས་སྒྲུབ་ནི། །འདི་ལས་ཡ་མཆོན་ཆེ་བ་དང་། །འདི་ལས་ངོ་  
 མཆོར་གྱུར་བ་ཡི། །རང་ཉིད་བསྟན་པར་བྱ་བ་དང་། །བྱུན་པོའི་རྟགས་ནི་གང་  
 ཞིག་ཡོད། །དེ་ཕྱིར་སྒྲུབ་ཡབ་སྐུ་དང་། །དབྱེར་མེད་དཔལ་ལྷན་སྒྲུབ་  
 ཡིས། །དྲི་མེད་རིགས་པའི་ལམ་ནས་དྲངས། །རྗེས་སུ་བཙུང་བས་ལེགས་  
 གསུངས་པ། །རྟོགས་ཕྱིར་བསགས་སྒྱུངས་དུ་མ་ལ། །འབད་ཅིང་བཤེས་གཉེན་  
 མཆོག་བསྟན་ནས། །དཔལ་ལྷན་སྒྲུབ་པའི་རིགས་ལམ་ལ། །ཐོས་དང་སེམས་བ་  
 ལྟར་ལེན་པས། །ཆོག་ཙམ་ཞིག་གི་རྗེས་འབྲང་དང་། །སྤྱིང་ཁམས་འབའ་ཞིག་  
 ལྟར་ལེན་དང་། །བྱུན་པོ་ཆོམ་པ་མ་སྒྲུབ་ར། །རབ་རྟུ་འབད་དེ་ཟབ་མེའི་  
 དོན། །རྟོགས་ཤིང་དེ་དོན་ཉམས་ལེན་གྱི། །གནད་རྣམས་ཆོམ་ཕྱིར་རྒྱལ་བའི་  
 སྐུས། །རྟག་རྟུ་དུ་ལྟར་བཙོན་པར་བྱ། །དེས་ན་སྒྲུབ་མཆོག་དེ་ཡིས། །མད་བྱུང་  
 དཀའ་བ་བརྒྱ་ཕྱག་ལས། །ནན་ཉན་སྤྱིང་པོར་མཛད་པ་ཡི། །ལམ་བཟང་ཉམས་  
 པར་མ་གྱུར་ཅིག་ །སྒྲུབ་དུ་ཡིད་ལ་བརྟག་པ་ཡིས། །ཡང་དག་ལྟ་བུ་ཉམས་ལེན་  
 ལ། །ལོག་པའི་ཐུན་སེལ་སྒྲོན་མེ་འདི། །དུ་མས་བསྐྱེད་ཕྱིར་གཏམ་དུ་བྱས། །  
 དེ་ལས་རྣམ་པར་དཀར་བ་ཡི། །དགེ་བ་ཅུང་ཟད་གང་སྦྱེས་པ། །དེས་ནི་འགྲོ་  
 འདི་བདག་འཛིན་གྱིས། །འཆིང་བ་ཆེ་ལས་གྲོལ་གྱུར་ཅིག །

དེ་ལྟར་དཔལ་ལྷན་སྒྲུབ་པའི་ཞབས་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པའི་ཡང་དག་པའི་  
 ལྟ་བུའི་གནད་ལ་རྗེ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་བཞེད་པ་ཇི་ལྟར་ཡིན་པ་དང་། དེའི་  
 གོལ་ས་བཅད་པ་རྣུང་དུ་ཙམ་ཆོག་གསལ་བ་ཞིག་གྱིས་ཞེས་བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ་



དུ་མས་ནན་ཏན་གྱིས་བསྐྱལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས། ཞི་གནས་མཚན་ཉིད་པ་སྟོན་དུ་  
 བསྐྱབས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ལྷག་མཐོང་བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་མ་སྤྲོས་པར། ད་ལྟ་ཞི་  
 གནས་མ་གྲུབ་པའི་སྟོན་དུ་ལྷ་བའི་སྟོང་བ་འདོན་པ་ལ་གོལ་ས་འགའ་ཞིག་གཙོད་  
 པ་ཙམ་གྱི་དོན་དུ་རྩེ་དེ་ཉིད་ཀྱི་གསུང་གི་བཀའ་དྲིན་ལས་གནས་འདི་ལ་རིགས་  
 པའི་ལམ་ནས་འོངས་པའི་དད་པ་ཐོབ་པ་བརྟེན་པ་དགེ་ལེགས་དཔལ་བཟང་པོས་  
 འབྲོག་རི་བོ་དགེ་ལྷན་རྒྱུ་པར་རྒྱལ་བའི་སྒྲིང་དུ་སྦྲར་བའོ། །སྐུ་མཛྲ་ལམ།

## དབར་བྱང་སྒྲིན་ཆོག

རྣམ་གྲོལ་ཞི་བའི་རྒྱ་མཚོར་རོ་གཅིག་དུ། །  
 གཞོལ་བའི་མཐའ་ཡས་ཆོས་རྒྱལ་དལ་འབབས་སྐྱང་། །  
 ཆོག་གི་གཟེགས་མ་རེས་ཀྱང་དུག་གསུམ་གྱི། །  
 སྤི་མ་ཡོངས་འབྱུང་ལེགས་པའད་བདུད་ཅི་འདི། །

དབར་དུ་བསྐྱུན་པའི་རྣམ་དཀར་བྱང་པོའི་མཐུས། །  
 ཡང་དག་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་མོ་སྤྲོང་ལྷག་བརྒྱ། །  
 གདངས་ཏེ་རྒྱུད་ལྡེའི་འགོ་བ་མ་ལུས་བ། །  
 རེས་ལེགས་ནོར་བུའི་མཛོད་ལ་དབང་འབྱོར་ཤོག །

ཅེས་འཛམ་གླིང་ཡོངས་པའི་བྱོན་ལ་འཆོ་མེད་ཞི་བའི་ལམ་སྒྲོན་རྣམ་འབྲེན་ཕྱུག་མེད་གཤི་  
 རིང་ལུགས་སྒྲོ་ཀུན་ནས་རྒྱས་པ་སོགས་འབྲལ་ཡུན་ལེགས་ཆོགས་དུ་མའི་ཆེད་དུ་དམིགས། ནང་  
 བསྐྱུན་བྱུང་མཐའ་རེས་མེད་ཀྱི་གསུང་རབ་དག་དབར་དུ་བསྐྱུན་དང་བསྐྱུན་འགྱུར་གང་ལའང་སྐྱར་  
 ཆོག་པའི་དགེ་བསྡེའི་སྒྲོན་ཆོག་དུ་ཕྱུག་འདི་དགེ་སྤྲོད་ཆོས་སྤྲུལ་བ་དག་དབང་སྒྲོ་བཟང་བསྐྱུན་འཛིན་རྒྱ་  
 མཚོས་སྐྱར་བའོ། །

## སྟོན་ཆིག

འདི་ལྟར་བགྱིས་པའི་རྣམ་དཀར་དག་པའི་མཐུས། །  
བདག་ལ་བྱིན་གྱིས་བསྐྱེདས་པའི་པ་མ་དང་། །  
སེམས་བསྐྱེད་ཞུས་པའི་བླ་མ་སྟོབ་དཔོན་དང་། །  
དམ་ཆིག་གཅིག་པའི་རྫོང་འདི་སྟོན་རྣམས་དང་། །

རྒྱ་ཁྱིམ་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་མི་རྣམས་དང་། །  
བཞོན་ཁལ་སྟོག་བཅད་འོ་ཞོ་འཁུང་བ་དང་། །  
ཤ་བྲག་ཐོས་པའི་དུད་འགོ་མ་ལུས་པ། །  
ལྷུང་དུ་སངས་རྒྱས་གོ་འཁང་འཛོལ་པར་ཤོག །

བཀྲ་ཤིས།

པཱེ་ཙོང་ཁ་བ་ཡབ་སྐུ་སྒྱིས་མཛད་བའི་ལྷ་བའི་  
གསུང་ཙོམ་ཕྱོགས་བསྐྱུས།

ཞུ་སྒྲིག་ཀྱང་འཛིན་འགན་འཁུར་བ།  
ཀོང་ཐེག་ཆེན་སྐུ་ལྷ། སྒོ་མ་རྒྱ་ཤེན་སྐུ་ལྷ།

ཞུ་དག་ལས་རོགས་བ།  
ཀོང་དག་ལེམ་སྒོ་བཟང་ཆོས་འཕེལ། ཀོང་བྱམས་བ་ཀུན་དགའ།  
གུང་རག་དབང་རིག་འཕེལ།

དཔེ་སྒྲིག་འགན་འཁུར་བ།  
གཙང་བྱམས་བ་ཆོས་འཕེལ།

སྒོ་ག་ལྷ་དུ་དབར་ཙུ་འཇུག་བ་པོ།  
སྒོ་མ་བྱམས་བ་ལེས་རབ།

སེར་སྐྱད་དཔེ་མཛོད་ཁང་ནས་ ༢༠༠༩ ལོར་དབར་དུ་བསྐྱུན།

# མེད་སྐད་དཔེ་མཛོད་ཁང་གི་ལས་མི་རྣམས་ཀྱི་མཚན།

འགན་འཛིན།	ཀོང་དགེ་བཤེས་ལྷོ་བཟང་ལུན་ཚོགས།
འགན་འཛིན།	གཙོང་དགེ་བཤེས་ལྷོ་བཟང་ལུན་ཚོགས་འགྲུས།
ཀོམ་ལུ་ཏར་འདེབས་འཛུལ་བ།	སྤྱི་ལོ་བཟང་ལུན་ཚོགས་འགྲུས།
ལས་རོགས།	ལྷོ་བཟང་ལུན་ཚོགས་ལྷན།
ལས་རོགས།	ཀོང་སྐལ་བཟང་རྩོམ།
ལས་རོགས།	ལྷོ་བཟང་ལུན་ཚོགས་འགྲུས།
ཀོམ་ལུ་ཏར་འདེབས་འཛུལ་བ།	སྤྱི་ལོ་བཟང་ལུན་ཚོགས་འགྲུས་ལྷན།

ཀོང་གསལ་ལས་མི་རྣམས་ཀྱིས་ ༢༠༠༤ མེད་དཔེ་དུ་བསྐྱུན་བ་དགེ།





